姉ageha

お姉さんアゲハ

1月号 偶数月7日発売

2014年12月6日発売 S Cawaii! 1月号臨時増刊

ギャルでもない！おばさんでもない！
アラサーのお姉さん世代のためのビューティ雑誌です❤

おかげさまで
復活3号4周年!!



大人だけど地味になりたくない！

2015年も美容に恋に仕事に、欲ばることを誓います!!

みんなが本当に使ってる物だけランキング!!
姉的コスメ大賞 2014→2015

元気な男の子を授かりました❤
早川沙世、母になる。

私たちが読者です!!
358人の恋愛観・生活・お財布事情・好きな物から読み解いた❤
プロフィール白書

TPOに合わせるのがアラサーのたしなみです❤
お姉さん的PARTY STYLE
女子会 結婚式の二次会 お仕事 夜遊び

お姉さんの最新アイメイクは!!
冬の甘辛色っぽeye❤

六人六色の専属モデルが新年の豊富を語ります！
2015年!! 私たちの生き様宣言❤

最終チェックリスト!!
かわいくて着回せるアウター40

未来のお姉さんから素敵なお姉さんまで!!
全国3大都市SNAP
東京 名古屋 大阪

見た目年齢、平均マイナス5歳!!
美人ドクターのキレイの理由

新年への教訓と反省の意を込めて❤
笑ってはいけないやらかし㊙報告2014


Eat Well, Live Well.
AJINOMOTO
ない。
切り口
飲み 速攻レスキュー ノ・ミカタ
スティック1本で
しじみ160粒
相当分のアラニン配合
AJINOMOTO
飲み 速攻レスキュー
ノ・ミカタ
アミノ酸サプリメント
顆粒スティック 3回分
プラム風味
無果汁
AJINOMOTO
飲み 速攻レスキュー ノ・ミカタ
しじみ600
プラム風味
今夜ここから、もういっちょ!
飲み速攻レスキュー
ノ・ミカタ®
お買い求めは、ドラッグストア・コンビニ等で。


私は帰ら
ノ・ミカタ®
切り口
究極の飲みレスキュー アミノ酸サプリメント
女会(にょかい)ウォッチ
女子会の新たな
トレンド「女会(にょかい)」とは!?
ノ・ミカタ®Webで公開中!
ノ・ミカタ 女会
www.nomikata.jp

2014 モンドセレクション 金賞受賞!!

ナチュラルスィート ファンデーション15号

独立した専門家が集まって品質に応じ金・銀・銅賞を与えるモンドセレクションで金賞を受賞✧。 高級美容液にも使われる「クインスシードジェル」やフランスから輸入した植物エキス配合などこだわり抜かれた品質が高評価♪ 世界に通用するファンデーションとして認知されているのです!

アラサー女子のたしなみ♥

[第３回] ジュポン化粧品
ナチュラルスィートファンデーション

今回は、高機能なリキッドファンデーションをご紹介♪ 一般的には肌に負担をかけるといわれているメイクの時間を、スキンケアに変えてしまう魔法のアイテム✧。 製法特許を取得して2014年のモンドセレクション金賞も受賞した、こだわりの逸品です✧

PHOTO_Nobuyuki Sasaki EDIT&TEXT_Kumi Matsuno

モンドセレクション金賞受賞の高機能水溶性ファンデーションでみるみるうちに素肌がキレイになる♥

品質の良さはお墨付き!!



製法特許
特許第3101514号
液体ファンデーション

油分や肌の負担になるものを極力使わず、美容液効果のある成分を配合。メイク中も皮膚呼吸を妨げないため、同時にスキンケアができる美容液ファンデーション。ナチュラルスィート ファンデーション 30ml 4,000円（税別）。

カラーコントロールを使えばパウダーいらず♥



（右から）頬の赤みを抑えるナチュラルスィートファンデーション1号（グリーン）。チークやアイシャドーにもなる3号（ピンク）。ハイライトとしてや、透明感を出したい部分には8号（ホワイト）を。各¥4,000（税別）／すべてジュポン化粧品

㈱ジュポンコーポレーション
☎03-5487-2111
住所：東京都品川区西五反田2-14-2
五反田YNビル2F
http://www.jupon-cosme.co.jp

簡単、キレイで崩れない！自然派化粧品を紹介！

年齢を重ねると、きちんとスキンケアしてもシミやくすみは消えるどころか増えていくばかり💧 仕方ないから外出中はメイクで隠すしかない！とファンデでカバーしようとしても、がっつり塗り重ねた超マットな顔は古いし、何より肌への負担が心配。

そんなベースメイク難民のお姉さんに紹介したいのが「ナチュラルスィートファンデーション」✧ メイクをしている時間もスキンケア♥という発想から生まれたファンデーションで、配合された美容成分や植物エキスが肌のターンオーバーを促してくれるよ★ 自然とシミやくすみがクリアになっていくその感覚は、まるで美容液を塗っているみたい！

その理由は高級美容液にも使われているクインスシードジェル成分を使用しているから😍「砂漠のりんご」と呼ばれる果実、マルメロの種子は保湿機能がものすごく高く、わずかな水分をキープし続ける力を持っているよ✧ この天然の美容液をベースに作られているので、ファンデを塗っているのに保湿効果と美容効果が抜群！肌にぴったり密着して崩れにくく、UVカット効果や下地効果、シワが目立ちにくいパウダー効果もあるなど、機能性は文句なし♪ さらに仕上がりはナチュラルなツヤ肌とくれば、お姉さんたちに合わないワケがない😍 メイクの仕上がりも抜群で、塗るほどに肌がどんどんクリアになっていくファンデをお試しあれ♥



下地いらずでとっても簡単！
エイジングケアにつながる
理想的なファンデを見つけた♥

keiko's comment♥

**薄づきなのにきちんと
カバーされて肌がキレイ！**

肌にスーッとのびて、みるみるうちに小さいシミやくすみが消えていくの♪　ファンデを塗っている感覚がなく、1日中潤いが続くよ

けいこ
専属モデル（30歳／滋賀県）
既婚・息子1人・娘2人

a.エフモア ファインミスト¥4,800（税別）、b.ナチュラルスィートファンデーション15号¥4,000（税別）、c.8号¥4,000（税別）、d.ナチュラルスィートホワイトUVファンデーション301（ケース含む）¥4,200（税別）／すべてジュポン化粧品

このツヤ美肌の作り方♥

1 メイク前にシュッ♪
aのミストを2〜4プッシュ吹きかけるよ★　両手で下から上にフェイスラインを持ち上げるようになじませる

2 ファンデを手に出す！
bを上下に振ったら手のひらに3プッシュ出し、両手をすりあわせて全体にのばす♥　下地は塗らなくてOKだよ

3 やさしく顔にのせる★
保湿クリームを塗るように、顔全体に素早くのばしていくよ✧　顔の中心から外側へ向けて丁寧に広げていって

4 パッティング開始
軽いタッチでパッティング♥　ファンデが肌になじんでツヤ感がアップし、崩れにくくなるの✧　色ムラもなくなる♪

5 ハイライトをリキッドで★
cのホワイトを適量出し、目の下のクマやくすみが気になる部分にオン　顔立ちにメリハリが生まれるよ

6 仕上げにパウダー♪
メイク崩れを防ぐために、dを薄く重ねるよ★　超微粒子パウダーのおかげでシミや小じわが目立たない肌に✧

ナチュラルスィート
ファンデーション
1本だけでも
キレイに
仕上がるよ！

どうして塗るだけでツヤ美肌になれるの？

♥ 天然の美容液がベースだから保湿力抜群！
♥ オイルフリーだから肌に優しい♡
♥ なのにカバー力はバッチリ！

美容液みたいなファンデーションだから、メイクしているのにスキンケアしているのと同じ感覚♪　使い続けるうちにどんどん肌がキレイになっていくので、すっぴんに自信が持てるよ

＼メイクしているのにスキンケアも同時進行中！／　＼塗ることで肌のターンオーバーが正常化♥／

ナチュラルスィートファンデーションを 90日間使い続けたら 光沢肌に生まれ変わった!!

3児のママとして毎日忙しいはずのけいこさん　最近、肌の調子がイイらしく、お金も時間も自分に費やせる独身お姉さんより肌がキレイってウワサ✧ 実は、毎日使っているファンデーションのおかげらしい！　そのヒミツを教えてもらったよ

PHOTO_Nobuyuki Sasaki　HAIR&MAKE_Emiko Matsumae　EDIT&TEXT_Kumi Matsuno

そしてついにお母さんへと進化！



さまにこの場を借りてご報告があります！
29日に元気な男の子を授かりました♥

モデル、社長、コンサルタント・・・

早川沙世、母になる。

姉 ageha 復活号にて、「早川沙世ただいま修行中!」と題してお届けした沙世の“人間活動”レポート。その舞台裏では出産というまさに人間活動の一大事業が展開されていた! 新たに芽生えた親としての自覚、子どもとの生活、そして仕事と育児の両立…。母としての人生を歩みだした沙世、その心のうちを語ります!

PHOTO_Jun Yamamoto (AQUA PHOTOGRAPHIC…)
HAIR_Akihiro Hayashida (CLOVER)
EDIT&TEXT_Midori Sasaki

高層デザイナーズマンションより住みやすい低層階を選んだ。変わっていく自分が不思議で新鮮!

報告が遅くなっちゃったけど、
このたびちっちゃなダーリンが家族に加わりました♥
妊娠 8 カ月くらいまではバリバリ働いて、
そのあと産休に入ってからは海外へ視察に行ったりしつつ、
少しのんびりして地元の福岡で出産♥
今はママとベビちゃんと東京で 3 人の新生活をスタートさせてるよ♥
妊娠がわかった瞬間は、「私にも子どもができるんだ!」ってことにまず驚いた(笑)。
それからじわじわと嬉しさがこみ上げてきて、絶対に産もう、
そして何があってもこの子を守っていこうって決心したんだ♥
自分がもし病気になったりしたら、この子はどうなるの?
そう思うと本気で健康にも気をつかうようになって、人間ドックにも行ってきた(笑)。
家族が増えた分、仕事はこれまで以上にがんばりたい!
ただ、子どもと一緒の時間を大事にしたいから、働き方を工夫しながら、
コンサルタント業とか仕事の幅も広げていってるよ。
念願だったインテリアブランドの立ち上げも着々と準備が進んでるし、
美容系の新事業も控えていて、今いろんなことが動き出してる♥
子育ての本当の大変さを知るのはきっとこれから…。
強くてかっこいいママになれるようにがんばるので、
あたたかい目で見守ってくれたらうれしいです♥



姉ageha読者の皆
沙世31歳、去る7月

が新年の抱負を語ります!



永遠のトラベラー

荒木さやか

新年も旅人に
徹することを
宣言します!

おかげさまで
姉ageha
4周年!

ピアス ¥2,000／rienda(バロックジャパンリミテッド)

2015年!!
き様宣言❤

ニット ¥6,500／rienda(バロックジャパンリミテッド)

フラワー柄ワンピース ¥11,000／セシルマクビー ルミネエスト新宿店　イヤリング ¥1,600／お世話や

新年も狙った
獲物を逃さないことを
宣言します!

肉食フェロモンガール

杉山佳那恵

夢見る
パタパタママ

けいこ

新年はさらにママ力を
UPすることを宣言します!

六人六色の専属モデル



不器用
アクトレス
加賀美早紀
新年は等身大の自分を出すことを宣言します！

ボーダーニットワンピース ￥5,900／セシルマクビー ルミネエスト新宿店 その他／モデル私物



無敵の
メイクマジシャン
桜井莉菜
新年も可愛くいることを宣言します！

オフショルダートップス ￥5,490／RESEXXY 渋谷109店 その他／モデル私物

私たちの生



復活から半年、お姉さんageha も
4周年を迎えることができました。
そして2015年という節目に当たり、
専属6人が新年の目標を掲げます♥
これからも読者の皆さんと一緒に迷い、
汗し、涙し、輝いていける、
そんな存在でありたいと、
一同願っています。

イヤリング ￥1,200／お世話や

新年は仕事も家庭も
両立することを宣言します！

新米ママコンサルタント
早川沙世

PHOTO_Nobuyuki Sasaki HAIR&MAKE_Chiharu Koya[SAYAKA,RINA,KANAE], Yuko Nozaki STYLING_Satoko Fujita EDIT&TEXT_Tomomi Okudaira THANKS_AWABEES

永遠のトラベラー
荒木さやか 29歳

荒木さやかもうすぐ30歳 本気で旅人やってます

月1海外も定着しつつあって、頭が常に海外モードの荒木です。昔は長く海外にいると日本食が恋しくなってご飯とレトルトのみそ汁を持って行ってたけど、今じゃ毎食パスタOKな体に(笑)。30歳になるんだから落ち着けって言われるし、まわりはどんどん結婚&出産して考えることは色々あるけど、納得してこの生活を送ってるからやめるつもりはないよ！　こんなごきげんな30歳を、温かい目で見守ってください(笑)。

束縛されないトラベラーは 30歳の壁だってひとっ飛び

Q 2015年の抱負は？

海外にもっと行きたい！　月１海外を更新するくらい(笑)。どんだけ行ってるんだって突っ込むほど！　そのためにちゃんと英語の勉強もしたい。スペイン語もできたらうれしいけどね♪

Q 海外のどんなところに魅力を感じる？

やっぱりノリの違いかな。海外の人は社交的な人が多い！　どんな人とも挨拶を交わして友だちになれる感じは、日本にはないなって感じる。こういう世界で生きたいなって思えた！

Q 海外に行くときに気をつけていることは？

スリに気をつけることかな。３回以上財布スラれてる。携帯やられたこともあったし。行くたびに気をつけよう！って思うんだけど、気づいたときにはやられてることが多いよ。

Q 30歳になる自分をどう思う？

周りは色々言うけど、30歳になることに特に何も感じない。あ、30歳で家がないのはやばいか（笑)。落ち着けって言う人もいるけど、こんな30歳がいたっていいじゃん！って思ってる。

Q 将来どんな風になってると思う？

当たり前の人生を送っていたくない！やりたいことをやって人生を楽しんでたいなって思うよ。ババアになってもパーリーピーポー♥　そんなヤツが１人くらいいてもいいでしょ。

荒木さやか
専属モデル（29歳／東京都）
独身・子供なし



(右)デニムシャツ ¥7,900、ハット ¥5,900、サングラス ¥2,500、ブーツ ¥19,800／すべてDURAS　デニムショートパンツ ¥6,900／DaTuRa 渋谷109店　サスペンダー(参考商品)／Delyle NOIR 渋谷109店　イヤリング ¥1,600／お世話や　その他／モデル私物　（左下）ニット ¥7,900／DURAS ショートパンツ ¥5,800／RODEO CROWNS(The SHEL'TTER TOKYO) その他／モデル私物



古さを感じない
シャネルの
デザインJK

今着ても全然古さを感じないシャネルのジャケット。ボタンにさりげなくシャネルのマークが入っててかわいい♥ デニムとかでラフに合わせるのが好きかも。



珍しい色が目を惹く
クロムハーツのボストン

このバッグもヴィンテージ専門店で買ったもの。値段は忘れたけど…。この色合いのクロムって珍しいでしょ。小振りなボストンだからゴツく見えないのも◎♪



エナメル素材と
鮮やかな赤に
心奪われる♥

鮮やかな赤がコーデのポイントになるグッチの靴。この靴を履くときは、コーデはシンプルにして靴を際立たせるよ。赤×シルバーの組み合わせも気に入ってる♪



旅を盛り上げるヴィンテージアイテム

旅にヴィンテージ？って思うでしょ。海外って昔の建物とかたくさん残ってて絵になる!! だからヴィンテージアイテムで街と一体化。写真も素敵に見えるよ♪

バブルな感じが逆にかわいい
ヴェルサーチのバッグ

ヴィンテージ専門のお店で買ったバッグ。ゴールドがバブル感を醸し出してるでしょ♪ ラフなコーデよりブレザーでかっちりキメるほうが合うよ！





歴史をまとうことで
街並にとけ込む自分♥

アイテムが目立つ
真っ白コーデで
視線を誘う♥

この靴はヴィンテージじゃないけど、色合いがヴィンテージテイストでこなれ感が出る。ノーブランドで3万円くらい。全身真っ白にして際立たせるよ♪

2015年

さやかの旅を楽しくするためのリスト

昔は事前に色々準備して行ってたけど、今はいかに荷物を少なくするかが課題。だけどこれだけはっていう欠かせないアイテムはあるよ！ 他の人とはちょっと違う、荒木さやか流の旅の楽しみ方を教えます♪

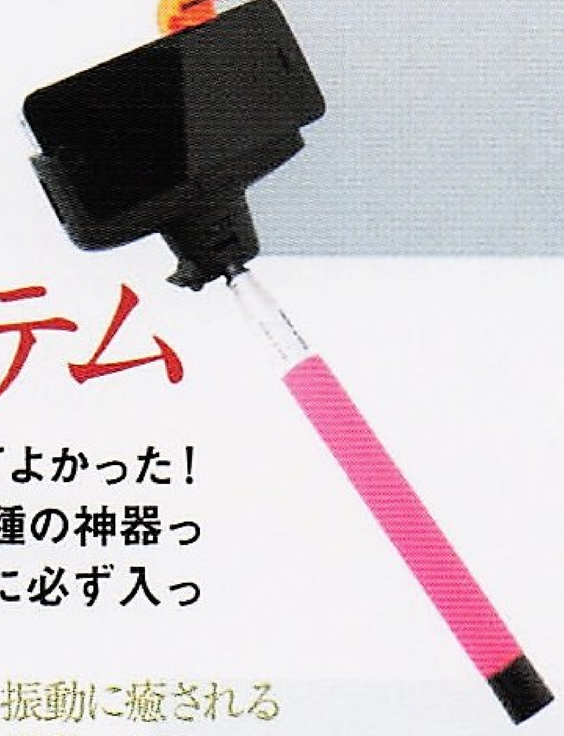
ブログ用の自撮りだって
これがあれば平気♪

韓国で買った自撮り用のスティック。携帯をスティックの先につければ自撮りが簡単にできるの。これがあるおかげで、自撮りの失敗がなくなった♥



透明感溢れるその肌は
旅先でも男を惑わす♥

旅先でのお助けアイテム



海外に行ったときに、これがあってよかった！って思えるアイテムたち。旅の三種の神器ってくらい助かってる♥ トランクに必ず入ってるよ！



心地いい振動に癒される
移動用の振動マクラ

このマクラはボタンがついてて、そのボタンを押すと微弱の振動が！ これを首の下に入れてアイマスクをすれば、あら不思議！ 飛行機でも爆睡できる♪



ポーチの中に必ず入れてる
飲んべえの必需品♪

海外に行っても変わらず飲んじゃう♥ だからこのノ・ミカタは毎回持ってくよ。スティック状で顆粒タイプだから水なしでも飲めるのがうれしい！ お酒の途中に飲んでるから悪酔いしない♪

旅先おしゃれのワンポイントアイテム

海外に行くときのコーデはシンプルなものが多いんだけど、シンプルだからこそアイテムにはこだわりたい！ デザインと機能を兼ね備えてるのがベスト!!

旅先のキレイを保つ美容アイテム

基本、現地調達が多いんだけど、これだけは！ってアイテムは持ってく。せっかくの旅行だから、肌も心もベストな状態にしておきたいよね♥



ハリも潤いもアップする
美容液&パックのセット

マリークヮントから数量限定で発売された美容液とパックのセット、スウィートトゥース。朝まで遊んでも、これでしっかり肌が回復されるから助かってる♪



スクラブでマッサージして
すべすべ&すっきり♥

クラブで遊ぶときは肌の露出もするからしっかりボディケアしてる。マリクヮのボディアイコン スクラブでマッサージするとむくみのないすっきりボディに♪



男前なチェーンバッグは
海外でのクラブ仕様♥

ごつっとしたフォルムがかわいいDIESELのチェーンバッグ。デザインにインパクトがあるから、シンプルコーデによく合う！ 12,000円くらいだった。



思い出の1頁を飾るのは
さすらいのこなれレディ



ベーシックなデザインに
ハンドメイドの味がそそる♪

日本ではまだあまり知られていないPHILIPPE MODELのスニーカー。元ルブタンのデザイナーが手がけてるから、スニーカーだけどエレガント♥

シンプルだからこそ映える
バレンシアガの実力

冬の韓国とかニューヨークとかに行くことも。防寒はしっかりするけど、ハットを合わせたりバッグはいい物を持つよ！ バッグはバレンシアガ。



けいこ

夢見るパタパタママ

30歳

専属モデル（30歳／滋賀県）
既婚・息子1人・娘2人
けいこ



2015年の抱負は？

子供3人を保育園に預けて少し時間ができたから、自分を充実させたい！外見もそうだけど、内面も磨きたいな♪　宮下美恵ちゃんみたいに、仕事もして家庭もしっかりこなしたいです♥

今後どんなママになりたい？

何があってもどーんってかまえてられるママになりたい！そういうママの方が子供も安心するから。ちゃんと子供を育て上げた私のお母さんみたいになりたいな。

ストレスをためないためにやってることは？

ブログを書くこと。これだけでモチベーションが上がる！　家の中でオシャレしてコーデを紹介するだけでも気持ちが全然違うし、コメントをもらうとやっぱりうれしい♥

ママだけど女であることに気づいてください

3人のママになって変わったところは？

いい意味であきらめが早くなったと思う。できないことはできない！って受け入れられるようになった。でも嫌じゃないんです。無理するよりも、その時を楽しむほうが大事だから！

出産後の悩みは？

胸にハリがなくなったこと！　サプリとか飲んだほうがいいのかなって最近考えてます。あと、ほうれい線とまぶたのくぼみが気になる。2〜3年前と全然違うなって…。

(右)カーディガン×パール付きワンピースセット ¥10,800、シューズ ¥11,800／ともにROYAL PARTY　その他／スタイリスト私物　(左真ん中)ボーダーニット ¥6,500／MIIA

いつか仕事を持つママになりたい
夢だけど夢で終わらせない

3人のママになって思うことは、本当に自分の時間がないなって(笑)。1人が泣き止んだと思ったら次はこっち。休まる時間がない。それでもやっぱり家族が大事だからできる範囲で頑張る。でも、子育てだけの人生にはしたくないんです。子供が小さいからまだ無理だけど、手がかからなくなったら仕事がしたい！　洋服のプロデュースができたらいいなって。いくつになっても夢中になるものがある女性でいたいと思ってます♥



キラリと光るけいこの文字
私であるための証明♥

常に身につけていられる
自分へのご褒美ジュエリー

ずっとつけていられるジュエリーが欲しくて、結婚指輪と同じピンクゴールドのネックレスを買いました。確か3万円くらい。Keikoって文字です♥

さりげなく可愛い控えめアイテム

子供の行事やママ同士のつき合いでは、派手なオシャレより控えめなオシャレが素敵に見える気がします。この控えめアイテムは、子持ちママの参考になりますよ！

つけてる感じが
まったくしない
ナチュつけま

100均で買ったつけまは、ナチュラルに見えるブラウン。束感がないから、ママ友とお出かけするときにも使える！　つけ心地もいいからまとめ買いします♥





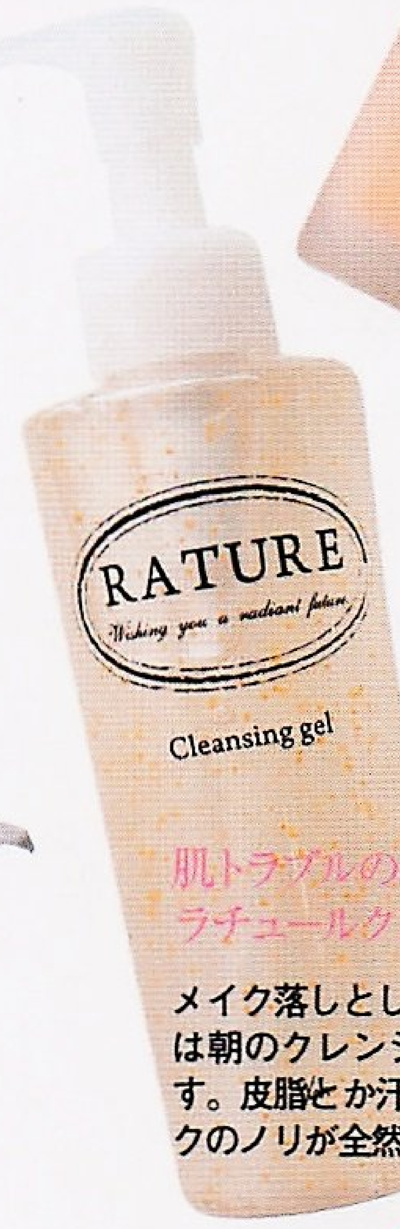
首元に上品な印象を与える
エルメスの小振りスカーフ

頂き物のエルメスのスカーフ。小振りなタイプだから、コーデのワンポイントとして使ってます。首元以外にも、バッグの持ち手に巻いたりすることも♪



美容液ベースのファンデは
忙しママに心強い！

ナチュラルスィートファンデーション(左)は、美容液がそのままファンデになってて、忙しい日はこれ1本だけ！　エフモア ファインミストを使い始めてハリがUP♪



保湿力と引き締め効果抜群！
スリミングホットジェル

ずっと気になってて買ったバンビシリーズのバンビミルク。マッサージするとぽかぽかしてきて、保湿しながら痩身作用が働く優れもの！　1,800円くらいでした。



肌トラブルの原因を洗い流す
ラチュールクレンジングジェル

メイク落しとして使うのもいいけど、私は朝のクレンジング用として使ってます。皮脂とか汗がすっきり落ちて、メイクのノリが全然違うんです！

ママのキレイを助ける美容アイテム

子育て中は美容にあまり時間がとれないけど、簡単にできる美容法は忙しいママにもおすすめ。忙しいから…は言い訳にしないようにしています！

2015年 けいこのママ力をUPするためのリスト

気づけば3人のママ。色々聞かれることも多くなりました。子育て中心の生活だけど、いつまでもかわいくありたい気持ちはずっと変わらない。ママでもかわいくいられるアイテムは、モチベーションを上げてくれます♪



フワフワな猫耳キャップは
冬のマストアイテム♪

Avan Lilyで買った猫耳キャップ。ファー素材と色合いにやられました♥　たしか4,000円くらい。スッポリかぶって、後れ毛をちょっと見せたいな。



ペタンコ靴で刻む子供との大切な時間♥

お出かけ時のぺたんこアイテム

抱っこしたりベビーカーを押したり、ママの外出は大変！　一緒に出かける時は子供優先だからペタンコ靴だけど、ペタンコ靴でもかわいく見えるように研究してます♪

ちょっと攻めたいときは
真っ赤なシューズを♥

このペタンコ靴はエスペランサのアウトレットで買ったもの。1,900円くらいでした。この靴を履くときは靴を主役にするくらい、シンプルコーデでも決まる♥



歩きやすさと
かわいさが共存
大人ペタンコ♥

通販で買った靴は約2,000円。ビジューととんがり具合がシンプルなコーデのアクセントに！　ピンクカーデとシンプルインナー、ハイウェストで♪



モードな雰囲気漂わせ
手抜きと無縁な上質レディ

どんなコーデもモードに♥
おフランス風の小粋かぶり

通販サイトのショップリストで買った約2,000円のベレー帽。そのままかぶることもあるし、髪をゆるく結んで斜めにかぶってこなれ感を出すことも♪

時短ヘアのお助けアイテム

本当は毎日髪を巻いて過ごしたいんです。でもなかなか難しいのが現実。そんなときに便利なのが帽子♥　手抜きしてるように見えない上にオシャレに見えますよ♪



子供と楽しめる遊びアイテム

子供のおもちゃって、実は大人にも色んな発見があるんです。これがあたりまえって思ってた価値観が、子供の発想にくつがえされる！　子供の無限の想像力は大人も勉強になります★

考えながら遊べるレゴは
ママも一緒に楽しめる♪

出来上がりを想像しながら遊べるレゴは、私も一緒になって遊んでます（笑）。指先が起用になるし、レゴで遊んでるときは大人しくなっていいことづくめ！

加賀美早紀 29歳

不器用アクトレス

専属モデル（29歳／東京都）
独身・子供なし
加賀美早紀

誤解されることがあっても何事にも真摯に向き合いたい

姉agehaに出るようになって1年。少しずつ慣れてはきたけど、まだ自分を出し切れてない。演技なら誰かになりきることがいいことだけど、モデルとしてはどうなんだろう？って…。真剣に仕事に取り組みたいから、正直に意見を言うこともある。その中で、ロベタだから誤解されることもあるかもしれない。でも、どんな人にも真摯に丁寧に向き合いたい。2015年は、もう少し等身大の加賀美を知ってもらえたらと思ってます！

Q 2015年の抱負は？

余裕のある人になりたい。懐の大きい人っていうのかな。イライラしないように心がけたいと思ってる。それと常に正直でいたい！　ちゃんと人と向き合っていたいから。

Q 自分のことをどう思ってる？

ロベタだし、人見知りだし…それと意思が強い分、群れることが苦手なヤツ（笑）。誤解されることも多いけど、まっすぐで不器用なヤツだと思って見守ってほしいです！

Q 素になれるときはどんなとき？

素になれるときは1人でいるときかも。家でテレビ見たり、何もしてないときがそうなのかもしれない。そういうOFFになる時間は、自分をリセットできるからすごく大事！

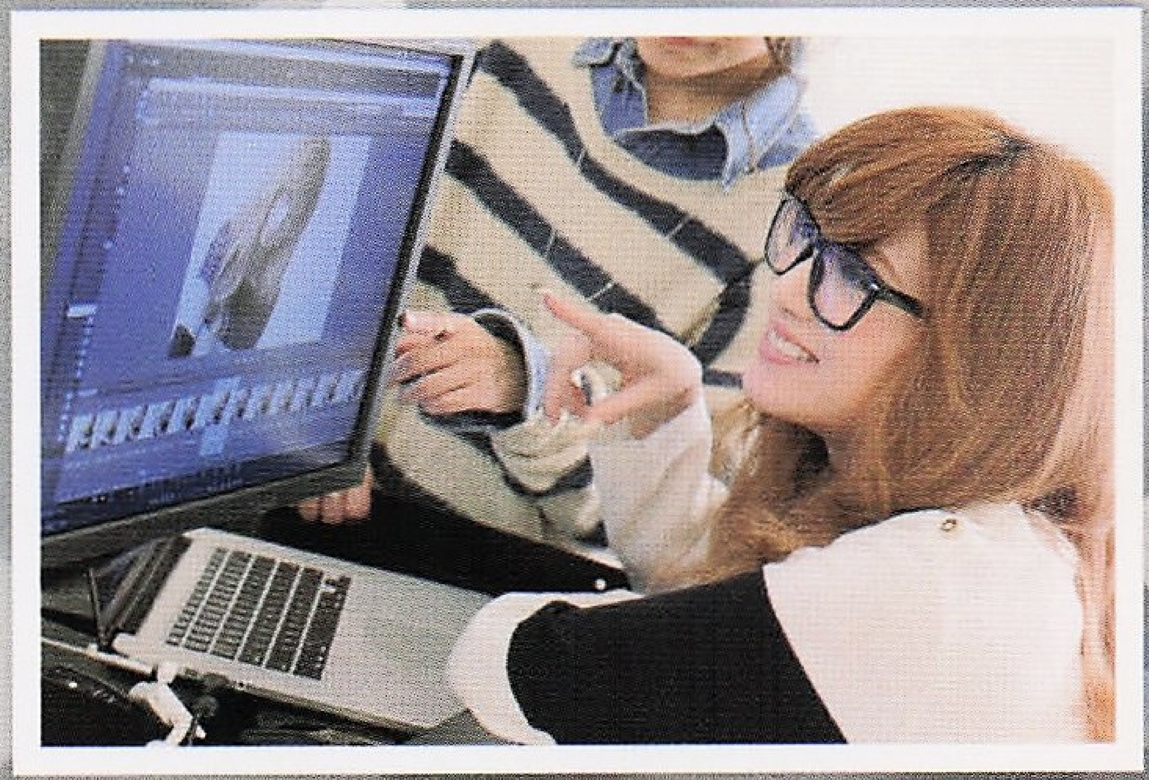
Q 尊敬する人は？

仲のいい男友だち。いつも穏やかで、何か問題が起こっても、最後はサッとまとめて問題を解決する頼れる人。人として本当に尊敬できる！

Q 1年前の自分と今の自分、どう変わった？

ポージングが苦手だったけど、3割くらいは表現できるようになったんじゃないかと…。あと、仲のいいスタッフさんから「イメージと違うじゃん！」って言われるようになった(笑)。





撮影したカットをチェック。演じることより等身大の自分をさらけ出すほうが難しいんだって気づいた。

誰かに誤解されても尚
真っ直ぐ歩んでいきたい

(右) ボーダーニットワンピース ¥6,900／SPIRALGIRL　その他／モデル私物
(左下) ハイネックニット ¥4,900、ニットスカート ¥6,500／ともにDURAS　その他／モデル私物



やさしげな色に心惹かれた
ミュウミュウのバッグ♪

一度はやめたんだけど、この色味にやられて買ったミュウミュウのバッグ。たしか189,000円。差し色としてもいいしビジューもアクセントに♪

気分を高める攻めアイテム

等身大の自分ってONもあればOFFもある。気分がONのときはアイテムだって攻めのものを身につけたい。最近買った攻めアイテムは今一番のお気に入り♥



コーデの幅を広げる
優秀ハットは2個買い♥

ハットは、コーデのポイントにもなるしいつもと違った表情を引き出せるから好き♥　赤は金額＆買った場所忘れました…。ベージュは古着屋で4,860円。



ゴールド使いが絶妙な
これぞ攻めブーツ

このブーツはデザインにやられて購入♪　ゴールドが効いてて攻めてるな！って思えるでしょ(笑)。Charlotte olympiaで278,640円。



共感し合える人がいる
その幸せに気づいた

上は旅行で北海道に行ったとき。ずっとテンション高かった！　下はノリで撮ったプリクラ。みんな目デカっ(笑)。





等身大の自分が出せる友だち

モデルの仕事をするようになって、同じ境遇の友だちができたのはすごくうれしい。悩み相談や恋バナ、他愛ない話をしてるときの自分は等身大だって思う♥

2015年

早紀の等身大の自分でいるためのリスト

姉agehaに出て1年。まだまだ自分が出し切れていないって思う。"ありのまま" じゃないけど、飾らない等身大の自分をもっと出せるようにしてきたい！　そのために必要な私のとっておきをご紹介♥

ヒールがないからこそ
高く持てるプライド



歩きやすくて疲れ
ないおりこうな
ペタンコシューズ

ペタンコって昔は抵抗あったけど、トリーバーチのペタンコシューズを履いて価値観変わった。ラクだし、何より疲れない！　ゆる〜く過ごす日の必須★

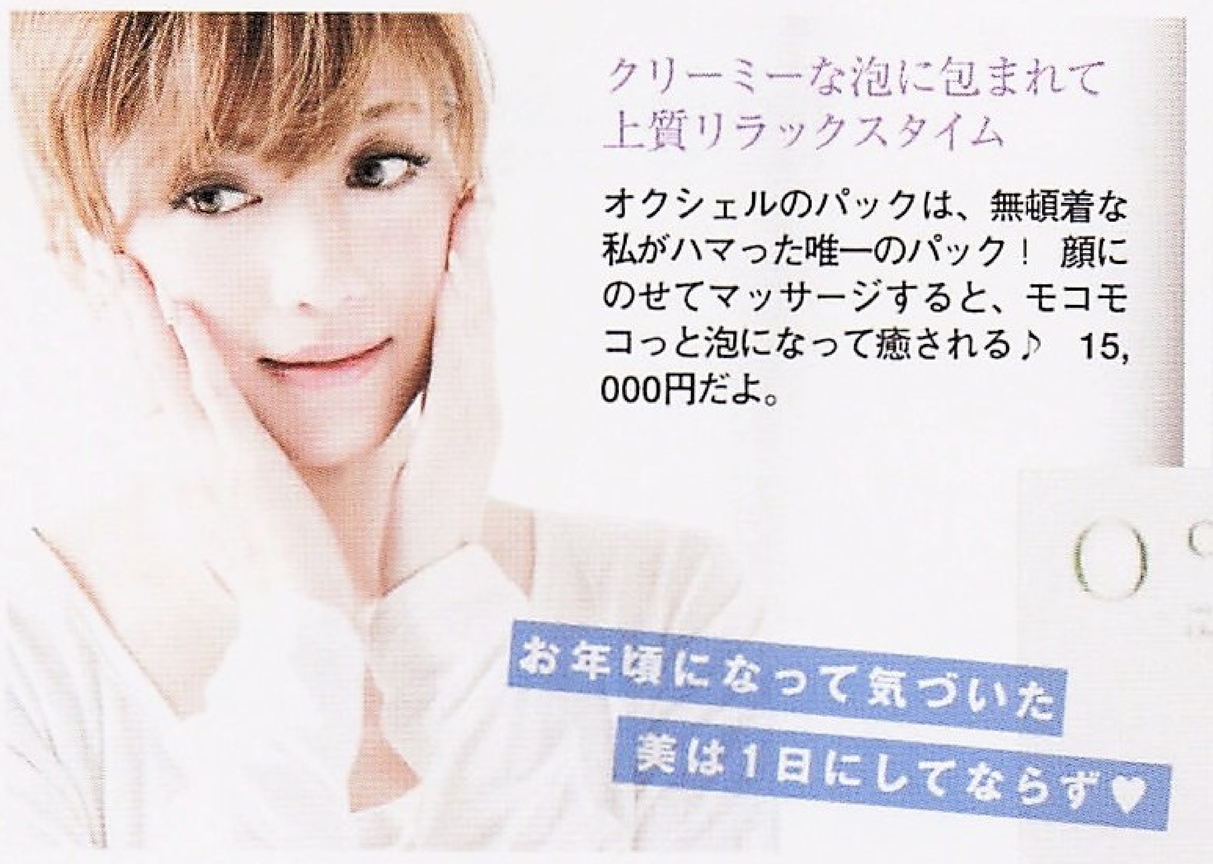
インソールで歩きやすい
魔法のスニーカー♥

このスニーカーはジュゼッペ・ザノッティで156,000円。インソールで歩きやすいし、デザインが気に入ってる♥　ご近所散歩とかで履くよ♪



ゆる〜く過ごせるアイテム

ヒールのある靴を履くイメージがあると思うけどペタンコだってスニーカーだって履くよ♪　ヒールがない靴は、ラクな気持ちでいたい日に履くかな。



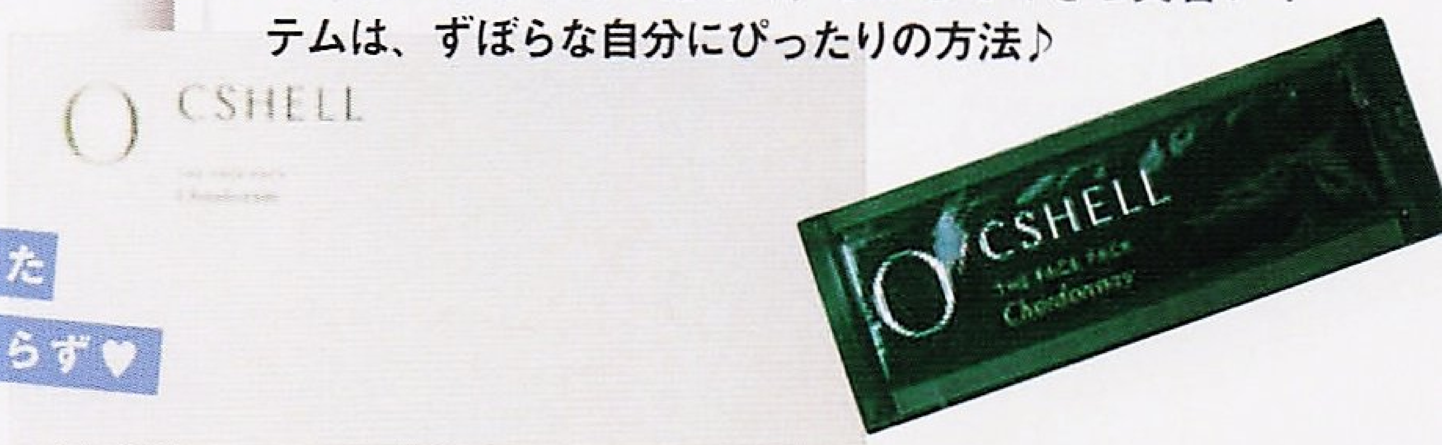
クリーミーな泡に包まれて
上質リラックスタイム

オクシェルのパックは、無頓着な私がハマった唯一のパック！　顔にのせてマッサージすると、モコモコっと泡になって癒される♪　15,000円だよ。

お年頃になって気づいた
美は1日にしてならず♥

ながらでできる美容アイテム

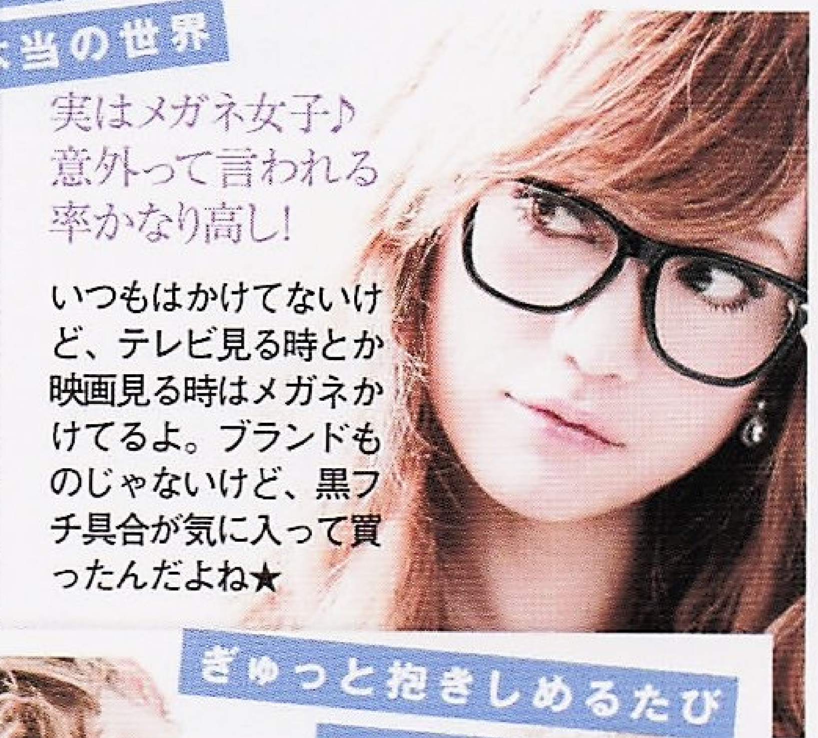
昔から美容には無頓着。ただ、年齢的に気にしなきゃいけないなって思い始めて。ながらでできる美容アイテムは、ずぼらな自分にぴったりの方法♪



驚かれるギャップアイテム

メガネの奥から見つめる
クリアな本当の世界

加賀美早紀って■■だよね。人それぞれ私の印象があるんだと思うけど、いい意味で裏切る一面もある。びっくりされるけど、これも等身大の私です♥



実はメガネ女子♪
意外って言われる
率かなり高し!

いつもはかけてないけど、テレビ見る時とか映画見る時はメガネかけてるよ。ブランドものじゃないけど、黒フチ具合が気に入って買ったんだよね★



お酒好きだけどお菓子も
よく食べてるよ♪

お菓子を食べるイメージがないって言われるけど、けっこう食べてる！　海外のこってり系が大好きで、キャラメル＆チーズ味のポップコーンは食べ始めたら止まらない!!



ぎゅっと抱きしめるたび
子供の自分が目を覚ます

寝る時はいつも
大好きなダッフィ
に守られながら♥

実はぬいぐるみがないと眠れない。人一倍恐がりなんです。上向いて寝れないから横向いて寝るんだけど、後ろにはダッフィを！　守ってもらってます♥



料理を作るときは
必ずつけてる
可愛げエプロン

みんなに意外って言われるのがこのエプロン。エプロンすること自体驚かれるのに、ピンクかよって(笑)。汚れないしサッと手を拭けるから重宝してる♪





薬用美白原液で紫外線&乾燥をシャットアウト

撮影がきっかけで使い始めたエビス ビーホワイト。シミの予防にも効果的だし、保湿力があるから肌もしっとり♥ 最近透明感がアップした気がする♪

働くママの美を保つアイテム

仕事して子育てして…正直完璧なんて無理！ ただ、できる範囲のことはしたいって思ってる。少しの手抜きと毎日のケア。これだけで充分美は保てるよ！

ナチュラル指向の薄づきメイクはまつげとまゆげが鍵

友だちがすごくいいって言うから思わず買ったまゆげ&まつげ美容液LOVEYE。まゆげもまつげも同時にケアできるから便利！ まつげにハリが出てきたよ♥



ピンクのバーキンならお出かけやカジュアルにも

バーキン＝仕事って思われがちだけど、バーキン25のピンクならカジュアル使いもできるよ！ ちょっとしたお出かけのときもコーデを格上げしてくれる♪

仕事も日常も使えるアイテム

仕事用、カジュアル用って分けるのもいいけど、どちらも使えたらいいなっていうのが本音！ かわいくて使える便利なアイテムはかなりヘビロテしてるよ♪



バーキンテイストのキュートなバッグに視線釘づけ♥

GLAM Sで作ったデコバッグ。バーキンテイストで使いやすいし、デコってるから人とかぶることもないよ。このバッグは気軽な感じで使えるからおすすめ♥



見返り美人絶対確定
愛されカジュアルコーデ♥

ペタンコ靴でも上級オシャレができる♥ ハット&ロングカーデマジック

子供と一緒にいるときはペタンコ靴のコーデが中心。ちょっとした打ち合わせとかにもするコーデだよ。ポイントのDRWCYSの赤のローファーが効いてるでしょ♥

2015年

沙世の仕事と家庭を両立するためのリスト

もともと家事は嫌いじゃなかったけど、子育てしながらだと大変だよね。きっとイライラすることもあると思う。だからこそ、身の回りのアイテムは元気になれるものを揃えたい！ 便利なだけじゃなくかわいさも大事♥



オシャレ番長を返上してお料理番長になります♥

モチベーションがググッとUPするラブリーエプロン

金本かすみちゃんがプロデュースしてるFor My Darlinのエプロン。ヘッドアクセサリーのセットがかわいいでしょ♪ 料理を作るのがさらに楽しくなる♥

子供を優しく包むアニマル柄のキュートおくるみ♥

優しい色と肌触りが気に入って買った、ジェラピケのおくるみ。4,000円くらいだったよ。お風呂上がりとかちょっとした防寒用に重宝するからおすすめ！

新米ママ必須アイテム

新米ママになって色々揃えたものはあるけど、かわいくて使って楽しくなるものがいいよね♥ 子育てが100倍楽しく感じられる。プレゼントにも最適！



子供の成長を記録するスタンド型フォトアルバム

このフォトアルバムは出産祝いに友だちから頂いたもの♪ 立てるとフォトスタンドになるし、中を開けるとアルバムに。これからたくさん写真を入れたいな♥



ホームウエアも可愛く柔らかいおソロのジェラピケ

このボーダーは友だちから貰ったもの。大人用はワンピになってて子供はロンパース。このモコモコに包まれたら、気持ち良くて親子揃ってすぐ寝れそう（笑）。



ジェラピケのセットアップは動きやすくて着心地抜群！

ジェラピケはワンピとかガウンとか色々種類があるけど、動きやすいセットアップがお気に入り♥ ピンクのボーダーと白のモコ具合が絶妙にマッチ。

気分が癒されるモコモコアイテム

この時季はモコモコアイテムに目がいっちゃう♥ 暖かいし肌触りが気持ちいい！ 子供とお揃いのアイテムもたくさんあるから、この冬は一緒に着たいな。



誰もが振り返る上質のポンチョでお出かけを楽しく

カシウエアのベビーポンチョは触り心地の良さとそのかわいさにやられて購入。13,000円くらいだったかな。まだ着せるには大きいから2015年までのお楽しみ。



寒い冬でもほっこりするモコモコうさぎの親子♥

お揃いで着こなす親子で楽しめるモコモコロンパース

これはジェラピケで買ったもの。フードにうさ耳がついていて、お尻の部分にはしっぽも付いてるの♥ 子供と一緒に着たら絶対写メいっぱい撮りそう（笑）。



聖母な眼差しと憂いを帯びた少女の瞳♥

(左)アンゴラニットワンピース ¥7,750／rienda（バロックジャパンリミテッド） パールネックレス ¥1,200、クロスネックレス ¥1,100／ともにお世話や (右真ん中)パール付きニット ¥6,900／Delyle NOIR 渋谷109店

専属モデル（31歳／東京都）
独身・息子1人
早川沙世

新米ママ
コンサルタント
早川沙世 31歳

Q 2015年の抱負は？

どんなに忙しくても子供とゆっくりする時間は作りたい！ 仕事面では、すぐには叶えられないくらい大きな夢があるから、2015年は準備期間。一歩ずつ前進していければいいなって思ってる♪

Q 子供を産んで何か変化はあった？

子供を産んで育てている人を尊敬できるようになった！ ママってすごいんだなって。沙世をここまで育ててくれたお母さんを心から尊敬する！ あんな風になれたらいいなって思ってるよ♪

Q 出産を経験して仕事の考え方は変わった？

現場志向じゃなくなった。今までは自分がいなきゃって考えだったけど、子供がいるとそれが難しくなるから。安心して任せられるものを築き上げることも大事だって思えるようになった。

Q 仕事と家庭を両立する上で大切にしてることは？

メリハリをつけることかも。仕事をしないときは1日中スッピンで過ごすし、コーデや持ち物もカジュアルに。仕事のときは、バッチリメイクもするしヒールも履いて戦闘モード全開で!!

Q 今後子供とやってみたいことは？

子供と一緒に英会話を習ってみたい♥ きっと子供の方が覚えが早くて、沙世の方が教えられそうだけど(笑)。一緒に海外に行って、スムーズに英語がしゃべれるような子供に育てたいな♪

今まで培った知識を活かして新米ママ&コンサルタントとして生きていく

まずは出産してたってことに驚くよね(笑)。親になるってことがこんなにも大変なんだって初めて知ったよ。でも子供ができたことで、もっと頑張らなくちゃって思ってる。ただ今までみたいな仕事のスタンスは無理だから、培ったジャンルの知識を活かしてコンサルタントとして、色んな人にアドバイスする仕事を始めてる。お店のやり方とかスタッフの確保とか本格的に！ 子供との時間も大事にしつつ仕事もこなす、バリキャリママになるよ♪

2015年

佳那恵のハンター魂を極めるリスト

狙った獲物を確実に仕留めるためには自分を高めるアイテムが絶対必須！　常にフェロモンオーラ全開でいられるようにね♥　先輩肉食ハンターの意見も参考にしながら、2015年も肉食道を突き進んでいきます♪

杉山佳那恵

肉食フェロモンガール

29歳



ハンター魂が一時休止する愛しのデイジーグッズたち

TDLに行ったら必ず買うデイジーグッズ♥　イライラしてもこのコたちを見るととたんに癒される♪　あまりのかわいさにスマホケース2個買ってしまった（笑）。



キラキラ小物はいくつになってもマストアイテム♥

ヴィクシーのキラキラポーチはハワイで購入。２つで6,000円くらい。持っているバッグが黒系だから、ポーチはちょっと派手なくらいがかわいい★

ママ初登場!!





愛してくれる旦那様　仕事と家庭の両立　全てを手に入れたい

お母さんのお店『アンジェリカ』。ずっとお店を開きたかったらしく、お父さんにおねだりしてオープン！　ほんま優しい旦那様見つけたなって思うよ。

憧れの肉食ハンター

うちのお母さんってほんまの肉食女子やと思う。好きな人を仕留めて結婚＆出産、子育て落ち着いたら自分のやりたいお店出して…。ほんま生き方の参考になる♪

ギャップを演出するキュートアイテム

肉食女子＝フェロモン系アイテムって思われがち。だからかわいいアイテムでギャップを狙う♪　題して「こんな一面あるんだ♥」作戦！

相手を翻弄するキュン死に覚悟の優しげスマイル



ファンシー系のボールペンで意外性をアピール♥

スケジュールを書き込むときに使ってるデイジーのボールペン。意外性に食いつく男子がちらほら。そこを一気に狙うよ（笑）。

海外に行ったら取り出しやすいコインケース♪

２つで約3,000円のコインケース。海外用として日本の空港で買ったよ。ゴム製だから濡れても平気だし、愛嬌のあるキャラクターは外国人にも受けがいい♥



願いが叶った2014年の私　まだまだ上を目指したい

自分の中で叶えたい夢が３つあった。１つ目は姉ageha の表紙を飾ること。２つ目は家族をハワイに連れて行くこと。３つ目は服のプロデュースをすること。うれしいことに全ての夢が叶った！　これ以上の夢なんてないだろうって思ったけど、色んなことに興味が湧いてきて、色んなことに挑戦してみたい！　2015年はもう一度家族をハワイに連れて行きたいし、結婚だって視野に入れてる。ハンター魂フルスロットルで手に入れるつもり♪

（メイン）オフショルダーニット ¥5,900／ROYAL PARTY　その他／スタイリスト私物　（左上）ボーダーニットセットアップ ¥9,800／ROYAL PARTY　その他／モデル私物　（右上）ラインニット ¥1,387／GALSTAR

口元をセクシーにするアイテム

女の人の色気って目元の印象や仕草とかもあるけど、半開きにした隙のある唇ほどそそるものはない！　和製モンローの座は佳那恵がもらいます♥



微妙な色の違いにやられるSEPHORAのルージュ♥

ハワイのSEPHORAでRouge Shine Lipstickをまとめ買い。よく使うと思ってNo.16のブルーピンクとNo.18のブライトピンクを２本ずつ♥　１本約1,000円。



塗るたびに男を引き寄せる魔性のヴォリュプテ♥

ここぞというときに必ず塗るサンローランのルージュ ヴォリュプテ シャインNo.15。しっかりとしたセクシーリップに仕上げてくれるデキるヤツ♪



唇の上を軽やかに滑ってフィット♥大人のクレヨン

ペンシルタイプで使いやすいアディクションのリップクレヨン。右は大人っぽい色のローズペタルで左がオレンジレッドのル・メプリ。シーンで使い分けるよ♥

気分を上げるご褒美アイテム

獲物を捕獲するのは本当に大変…。ときには空振りに終わることだってある。だからこそ、仕事が決まったり恋が実ったりしたら全力で自分を甘やかす♪



目元の印象が100%UP攻めアイシャドー♥

このアイシャドーもハワイで買ったもの。3,000円くらいだったかな。NARSのデュオアイシャドーのISOLDEって色で、ちょいエロ♥な感じが出せる♪



自分のスペックを上げるこれぞご褒美アイテム

ハワイのDFSで見つけて一目で恋に落ちたサンローランのバッグ♥　17万円と決して安くはなかったけど、夢を実現させたお祝いとして買ったよ♪



上質な女を醸し出すサンローランのコスメ

海外に行くと欲しくなるサンローランのコスメ。フェイスパウダーのスフレ エクラはイエローベージュをチョイス。ピュールクチュールは人気色No.11★



魅惑のS字ラインで男のハートを罠にかける♥

専属モデル（29歳／東京都）独身・子供なし
杉山佳那恵

Q 2015年の抱負は？

結婚！って言いたいけど、まずは相手を見つけなきゃ💧　でも仕事は続けたいから、結婚はまだまだ先かなぁ。あと、家族をもう一度ハワイに連れて行きたい！　これは絶対叶えたい夢!!

Q 何がきっかけで肉食女子になったの？

フリーでモデルの仕事をするようになって肉食に。遠慮してちゃ仕事が手に入らない！って思ったから。恋愛も、待ってるだけで幸せが手に入るなんてマンガだけだと気づいたよ！

Q 肉食女子になってよかったこと辛かったことは？

よかったことは、欲しい物が必ず手に入るようになった！　気迫が違うんかな。辛いと思うことはないけど、肉食女子になる前の方がモテてたかも(笑)。でも戻りたいとは思わないよ！

Q 強い女性って思われがちだけど本当は？

本当は傷つきやすいし、色々気にもする。でも賛否両論あってあたりまえだって、客観的に物事を捉えるようにした。「君は強いから１人でも平気だよね」とか言われたくはないけど(笑)。

Q 今後どんな女性になっていきたい？

お母さんみたいになりたい！　お父さんにずっと愛されてるし、自分のお店を出して頑張ってるから！　家庭も仕事も両立して、ほんま理想の人生送ってるなって思う。





桜井莉菜
専属モデル（31歳／東京都）
独身・子供なし

無敵のメイクマジシャン
桜井莉菜 31歳

ふとした表情で魅せる
大人スイートレディ♥

その瞳から逃れられない
妖艶帯びる眼光キラー

2015年の抱負は?

彼と結婚！ 全然文句とか言わへんし、ほんま癒される。ゆるキャラみたい(笑)。あとは、メイク関係の仕事がしたい！ 企画から携わって、メイクで女の子をキレイにできたらいいな。

憧れている女性はいる?

理想とか憧れはあるけど、そういう人を見ると落ち込む…。うらやましさがうらめしさに変わるから。だから、どんな人にも"憧れ"たくはない。"自分は自分"って思ってるよ！

自分を高める最高の褒め言葉は?

「肌がキレイ」って言われること♥ 肌の本質を褒めてくれているから、素直に喜べる！ メイク落としてマッサージして…そんな毎日の積み重ねが褒められてるみたいで報われる✧

彼と共に歩んでいくことが夢 今の幸せがずっと続いてほしい

彼とつき合って2年半。本当に優しくて喧嘩したことが一度もない。親も公認だし、このままずっと居れたらいいなって思ってるよ！ だから今の夢は結婚。別にいい生活じゃなくていいから、幸せがずっと続いてほしい。欲を言えば、もう少し彼の休みが増えてのんびりできたらうれしいけど。もう少し料理も作れるようになりたいし、掃除、洗濯も完璧にできるようにもなりたい。2015年は女子力とともに家事力を上げて、目指せお嫁さん♥

甘め、辛めでメイクを変えると内面にも違いが出る?

性格がもともとさっぱりしてるから、甘メイク＆コーデのときは、びっくりされる(笑)。甘辛で性格が変わることはないけど、歩き方とか写真の撮り方とかは甘辛に合わせて変わるかも。

メイク以外でもキレイになれると思う?

なれると思う。でも怠けてちゃ手に入んない！ 身の回りの物をかわいい物で揃えたり運動したり、毎日の積み重ねが大事。ちなみに莉菜は、半身浴しながらマンガ読んでるよ。コンビニとかで売ってるご近所トラブル的なやつ(笑)。

（右上）ニットカーディガン ¥5,490／RESEXXY 渋谷109店 その他／モデル私物 （右下）ライダースジャケット ¥4,165、ネックレス ¥1,387／ともにGAL STAR レース切り替えトップス ¥4,990／RESEXXY 渋谷109店 イヤリング ¥1,500／お世話や その他／モデル私物 （左上）レース切り替えプリーツワンピース ¥6,900／DaTuRa 渋谷109店 その他／モデル私物

2015年 莉菜のキレイをUPするためのリスト

本当のキレイって、メイクだけじゃなくトータルで美を極めることだと思う。だから、美容だって身の回りのアイテムだって手を抜かない！　いろんなアイテムを駆使して、2015年は今以上を目指すよ♥







女っぷりをあげるアイテム

どんなにキレイにメイクしても、アイテムが手抜きじゃ本当にキレイだなんて言えない！　だから、いつどんな時もかわいいアイテムで武装してる♪

Delyle NOIRのおりこうバッグでコーデに華を♥

実はノベルティで貰ったもの。でも、しっかりした作りだし、千鳥のチェックがコーデのアクセントになるから重宝してる！　最近のヒットアイテム♪

どんな人も釘づけ！DaTuRaの激カワバブリーウォッチ

DaTuRaの撮影したときに気に入って買ったビジューバブリーウォッチとパールバブリーウォッチ♥　2つで3万円。アクセ代わりにもなるから毎日ヘビロテ！

かわいさを最大限に引き出すピンクのカチューシャ♥

甘めコーデのポイント用として買ったカチューシャ。ノーブランドで2,000円くらいだったよ。巻いてつけるだけで、いつもと違った雰囲気が出せる♪

大好きな香りに包まれるのが何とも言えない幸せな時間

香りをまとうたびに天然石のパワーに包まれるジュエリーフレグランス。莉菜が持ってるのはBABY ROSEで愛情がアップするもの♥　色んなシリーズがあるよ！



魔法の香りを振りかけて
愛されオーラをまき散らす♥

キレイを保つ美容アイテム

常にキレイであるために、毎日やってる地道な努力。でも、それこそキレイの近道だって思ってるよ。高いものだけじゃなく、プチプラとか色々試すことも大事！



日々の往復で築き上げた
鎖骨のくぼみに男がはまる♥

エステ並みの痩身効果にやめられない止まらない！

痩身マシンのドクターキャビエットゴースト。約20万円で高かったけど、キャビテーション効果があってたるみも予防できるからかなりお得♪　首周りがスッキリしてきた♥



お風呂上がりのごちそうパック！極上癒し時間♥

お風呂上がりに必ずつけてるパック。１枚100円で手頃なPURITAのシートマスクはアクアミルクとアボカドがお気に入り！　美友のパックはグレープフルーツ♪

毎日使って消費するものはプチプラで刺激少なめが◎♪

880円のメイク落としミルクを使ってから肌荒れ知らず！　プチプラでも優秀。セブンで売ってるコンディショナーも400円くらいだけど髪が潤っておすすめ♥



ラリンのボディスクラブで魅惑のツルツルボディ♡

チェリーブロッサムの香りに癒される、ラリンのボディスクラブは、350mlサイズで3,200円。スプーン１杯で体がしっとりスベスベに！　週２回使ってるよ。





莉菜が監修したお手軽サプリでスタイルキープ

食べるの好きだから油断するとすぐ太る…。だから、食べ過ぎたなと思ったらSlim Body Projectを飲んでスタイルキープ♪



スラッとBODYを保つアイテム

やっぱりトータルでキレイと思われることが、女であることの醍醐味だと思う。莉菜が最近やって成功したダイエットは、簡単だしかなり成功率高し！

美脚を保って安上がりなヒールで階段上り下り

最近エスカレーターがあっても階段を使うしバスを利用してる！　脚が鍛えられるしお金も浮くし一石二鳥♥　ヒールのある靴だから下りるときは慎重にね！



Bonuviell
オイルボディシャンプーという新発想。
オイルの常識を、
ボディにも
モロッカンアルガンオイル配合の贅沢ケア。
天然オイルで叶えるうっとり美ボディ
オイルのヴェールで、全身潤いずっと続く。
アルガンオイル・6種の天然オイル・植物由来成分配合。オイルなのにベタつかない処方により、洗い上がりはしっとりとなめらかな肌に。全身を潤いヴェールで包み柔らかなお肌に導くオイルボディシャンプー。
ノンシリコン、
無着色、カラメルフリー
石油洗浄成分、
アルコールフリー
弱酸性
べとつかないオイル処方
ボヌヴィエール オイルボディシャンプー
ジャスミンムスク
リラックスできる優しい香り
ホワイトフローラル
フローラルで上品な香り
ココカラファイングループ限定で絶賛発売中
ココカラファイン
ココロ、カラダ、ゲンキ。
ジップドラッグ
LIFORT
ドラッグセガミ
広がれ健康ネットワーク
クスリのコダマ
セイジョー
H&B Value Depot
クスリ岩崎チェーン
パワードラッグワンズ
スズラン薬局
株式会社 AQUA・NOA 東京都港区港南 4-6-5 24F
お問い合わせ：0120-332-114〔土日・祝日を除く平日 10:00～18:00〕 http://bonuviell.com
AQUA NOA
THE KEY TO THE BRILLIANCE OF YOUR LIFE
※一部取扱いの無い店舗もございます。

姉 お姉さんアゲハ ageha

2015年1月号



COVER STAFF

PHOTO_Masaki Sone (PEACE MONKEY)
MODEL_Sayaka Araki
HAIR&MAKE_Yuko Hazama
DRESSING_Emiko Oyakawa (INFINITY ASSOCIATES)
STYLING_Mizuki Nakano
DESIGN_Mutsumi Sawada

CLOTHES
引き振袖「ふじ」一式(レンタル価格)￥180,000／ワタベウェディング　コサージュセット(価格未定)／和花ドットコム by Arata

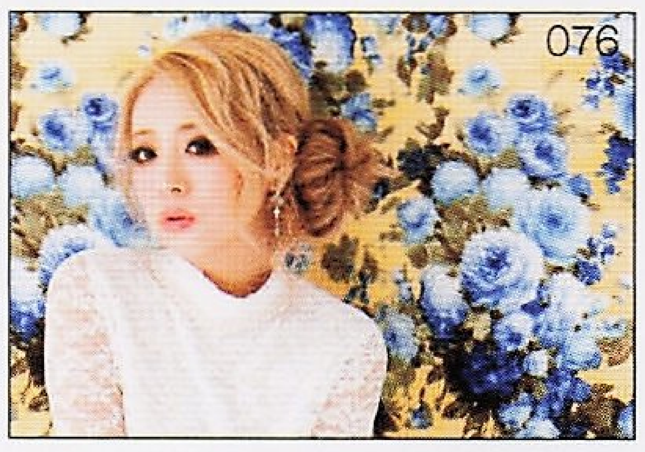

052


004

CONTENTS


083


006


076


039

※本誌内の価格表示は、断りのある場合を除き、すべて税抜きの本体価格となります。



ロマンチックな
冬を過ごすなら

色っぽい女になれるDelyle NOIRが必須

どんなに寒い日だって、女らしくいたい♡　ゴワつきがちな冬服も"Delyle NOIR"なら色っぽく、イイ女に見せてくれるよ！　白・グレー・花柄の華やかさでやさしい雰囲気を演出すれば、風の冷たさも雪の景色も全部自分を魅せる味方になってくれるはず♡

落ち着いたグレーも
バルーンシルエット
だからやわらかく
女らしい印象に

ツイード風の素材がグレーを新鮮に見せてくれる。1枚で着てもワンピみたいにかわいく仕上がる贅沢なアウター♡　ツイードバルーンコート¥18,000、ニーハイブーツ¥19,000、ビジューネックレス¥3,800／すべてDelyle NOIR 渋谷109店

PHOTO_Mamoru Morikawa **HAIR&MAKE**_SAM(Addict Case) **STYLING**_Mizuki Nakano
MODEL_Sayaka Araki,Rina Sakurai,Kanae Sugiyama **EDIT&TEXT**_Haruka Noda



セクシー？ キュート？ 大人？
今日はどんな自分を魅せる？

花の色が違うだけで印象は様変わり。[右] 切り替えワンピース¥7,500、ベルト¥3,800 [中央] 切り替えワンピース¥7,500、ファースヌード¥15,000、ベルト¥3,800、ニーハイブーツ¥19,000 [左] 切り替えワンピース¥7,500、ベルト¥3,800／すべてDelyleNOIR渋谷109店 その他／すべてモデル私物

information

12/6(土)〜14(日) 姉ageha読者限定 20%OFF!!

期間中にこの姉 ageha1 月号を持って Delyle NOIR へお買い物に行くと、なんと合計金額から 20%OFF!! 姉 ageha 読者だけの特別フェア!! このチャンスを逃さないで♡

12/19(金)〜 ノベルティフェア開催!!

Delyle NOIR の大人気ツイードチェック柄がハンドタオルとクッションになって登場♡ ¥15,000 以上のお買い物で、クッション(ホワイトかブラック)1つ、もしくはハンドタオルセット(ホワイトとブラック)がもらえるよ! 数量限定だからお店に急いで!(※なくなり次第終了です)



2015年福袋発売!!



毎年完売必至の福袋が 2015 年も登場! Delyle NOIR 各店舗の新年初日営業日から数量限定で販売するよ。さらに店頭に行けない方のために 12/12(金)19:00 〜 Delyle NOIR の WEB STORE で先行予約を受付! 新年早々 Delyle NOIR の服がおうちに届いちゃう♡ こちらも福袋¥10,000(税抜)数量限定だから急いでね♡

Delyle NOIR

HP http://delyle.jp
WEB STORE http://blanccloset.com/delylenoir/
LINE @delyle _ noir

心斎橋 OPA 6F TEL 06-6282-8051
SHIBUYA109 4F TEL 03-3477-5053
名古屋丸栄本館 3F TEL 052-264-6223
近鉄パッセ 5F TEL 052-561-7465
梅田 EST 1F TEL 06-6147-6870
仙台 FORUS B1F TEL 022-264-8058
河原町 OPA 3F TEL 075-255-8232
大宮 ARCHE 2F TEL 048-871-8767
天神コア B2F TEL 092-725-1618
SHIZUOKA109 1F TEL 054-266-4286
KOHRINBO109 2F TEL 076-220-5228
札幌 4PLA 2F TEL 011-261-0215



セクシーなスカートには
ゆるニットを合わせて
甘えん坊さをプラス♡

もこもこ素材のニットで触れたくなる女に♡ 花柄もパープルを選べばスパイシー。ニット¥5,900、スカート¥5,750、パールネックレス¥3,800/すべて Delyle NOIR 渋谷109店





GRAPE PEACH LEMON

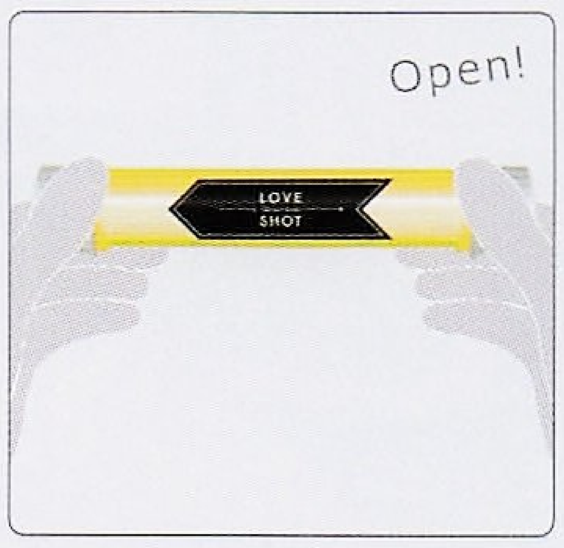
How to LOVE SHOT!!

STEP 01



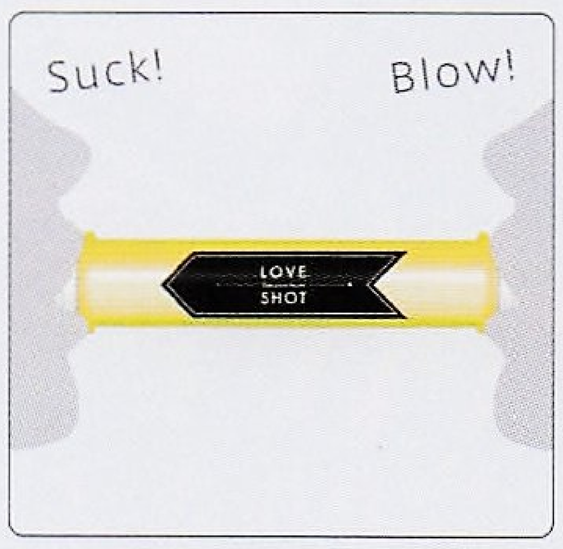
飲む前に冷蔵庫で三時間程ゼリー状になるまで冷やして下さい。ゼリーが固まったら飲み頃です。

STEP 02



LOVE SHOTを水平にしてから両方のフタを開けて下さい。

STEP 03



2人で飲み口をしっかりとくわえてから、片方が吹いて、もう片方が吸って下さい。

Go Web site! LOVE SHOT

お酒は20歳になってから

内容量：50ml　アルコール度数：10%　アルコール種類：清酒　賞味期限：6ヶ月　保存方法：常温保存（冷暗所）　原材料：日本酒、果糖ブドウ糖液精、増粘多無類、酸味料、香料、着色料

※本商品にはアルコールが含まれております／妊娠中や授乳期の飲酒は、胎児、乳児の発育に悪影雲を与えるおそれがあります／飲酒運転は法律で禁止されています／飲み過ぎに注意して下さい／他人に無理な飲酒を強要する事はおやめ下さい／一気に吸い込むと喉に詰まる恐れがありますので、十分にご注意下さい／万が一喉につまった場合には、膝の上にうつぶせにして背中をたたくか、又はにぎりこぶしを　みぞおちに当てて押し上げ、吐き出させて下さい／開封後は早めにお召し上がり下さい／ 凍らせたり加熱しないで下さい／開栓詩に内容物が飛び出る可能性がありますのでご注意下さい／よくかんでお召し上がり下さい／目的用途以外の使用はお控え下さい。

濃すぎても薄すぎても盛れない
アイメイクのベストがコレ✧

メイクが薄くなって
使うアイテムに変化が！

アイメイク
Eyemake 部門♥

大きく変わったのはつけまとシャドー！
バサバサ毛束を卒業し、
シャドーは上品なブラウンを
選ぶように😊

専属モデル（31歳／東京都）
独身・息子１人
早川沙世

上つけま

1位 227票

ダイヤモンドラッシュ
ヌーディクチュールシリーズ
ヒロインeye
¥1,200／SHO-BI

黒目の上から目尻にかけてボリュームのある毛束が特徴★ 「目尻重めな目元になれる♪ ふさふさなのも◎。」（亜美さん・27歳）

つけてみたよ♪

2位 188票

ダイヤモンドラッシュ
リトルウインクシリーズ
シークレットeye
¥1,200／デイコレクション

ナチュラルなのにデカ目になれる極細毛で自まつになじむ😊 「まつエクみたいな仕上がりがお気に入り♥」（希さん・31歳）

つけてみたよ♪

3位 141票

ドーリーウインク
アイラッシュ No.2
¥1,200／コージー本舗

目のタテ幅を自然に強調できる毛束のバランスが人気✧ 「毛束が太い部分を目頭側にズラしてつけているよ★」（加奈さん・30歳）

つけてみたよ♪

下つけま

1位

ドーリーウインク
アイラッシュ No.5
¥1,200／コージー本舗

自まつ並みのナチュラル感に下つけま部門でダントツ1位😊 「何個リピートしたか分からないくらい愛用中✧」（裕香さん・29歳）

つけてみたよ♪

つけまノリ

1位

D.U.P
アイラッシュ フィクサーEX552
¥900／ディー・アップ

PRESENT 14 5名様

1日中取れない持ちの良さはご存知の通り！ 「20代の頃からコレ一筋😊 ポーチにもバッグにも入れてるよ♪」（友希さん・34歳）

マスカラ

1位 197票

メイベリン ニューヨーク
ボリューム エクスプレス マグナム スーパーフィルム01
¥1,200／メイベリン ニューヨーク

1本1本をふっくら太く、濃いまつげにしてくれる★ 「自まつが短くて少なくてもしっかりボリュームアップ✧」（舞さん・24歳）

2位 154票

メイベリン ニューヨーク
ラッシュニスタ01
¥1,200／メイベリン ニューヨーク

超軽量無重力フィルム採用で長時間カールアップ！ 「セパレート具合、長さ、塗りやすさどれをとってもピカイチ♥」（つばささん・36歳）

3位 119票

メイベリン ニューヨーク
ボリューム エクスプレス ロケット01
¥1,400／メイベリン ニューヨーク

しなやかなゴムブラシが1本たりとも逃さずキャッチし黒々まつげに♪ 「一度塗りでダマのないロングまつげになる✧」（亜弥さん・34歳）

HIT COSME!!
お姉さんたちが本気で選んだ!!
メ大賞 2014→2015

2015年の
ヒットアイテム
予想も!!

美容テクまで、これがなくては生きていけない総勢117ネタをご覧あれ♥

※♥マークがついている商品はプレゼントです。ハガキに欲しいアイテムの番号を書いて送るか、オンラインで応募してね♪

PHOTO_ Kosuke Nakashima (PEACE MONKEY) [MODEL],Nobuyuki Sasaki,Shinji Fujiwara[ITEM]
HAIR_ Anri Mitsuishi
EDIT&TEXT_ Kumi Matsuno
THANKS_ Ai Orimo



アイシャドー

1位 297票

ルナソル
スキンモデリングアイズ01

編集部私物

上質で繊細な発色がお姉さんのハートをわしづかみ😊 「コレひとつで陰影のある色っぽい目元が簡単に作れる！」（淳美さん・30歳）

究極の溶け込みカラーが上品なブラウンeyeを生み出す😊

2位 204票

KATE
カラーシャス ダイヤモンドBR-2

編集部私物

キラキラと輝く細かいラメで疲れた目元もパッと明るく！

ぎっしり詰まった輝度の高いラメを5色に配合。捨て色なし！ 「安いのにラメが下品じゃないのが嬉しい✧」（美沙さん・29歳）

3位 176票

リンメル
ショコラスウィートアイズ 002

¥1,600／リンメル

とろけるショコラカラーが、くぼみがちな目元を甘く演出♥

なめらかなタッチでフィットして粉飛びしない♪ 「ラメが細かすぎずアラサーでもくどくならない！」（絵里さん・33歳）

アイブローペンシル

1位 ビボ アイフル マユズミA 06
¥400／エリザベス
描きやすくまゆ尻の太さも自由自在！ 「芯の柔らかさや持ちの良さでは右に出るものなし😊」（美子さん・26歳）

2位 インテグレート アイブローペンシル BR741 ¥700（編集部調べ）／資生堂
スルスル描けて折れないので、自然なまゆげに★「落ちにくさ、描きやすさがカンペキ✧」（梨花さん・29歳）

3位 KATE アイブロウペンシルN BR-1 編集部私物
1.5mmの超細芯でキレイに描ける！ 「繰り出し式なので削る手間が省け、固さもちょうど✧」（愛子さん・27歳）

アイブローパウダー

1位 KATE デザイニングアイブロウN EX-4
編集部私物
赤みがかった3色の使いやすさはお墨付き。「髪色を暗くしても色のバランスが絶妙😊」（裕子さん・33歳）

2位 インテグレート アイブロー&ノーズシャドー BR731 ¥1,200（編集部調べ）／資生堂
黄み寄りの色は抜群の安定感✧ 「長時間塗ったままでも色落ちせず、ノーズにも◎♪」（円さん・28歳）

3位 ドーリーウインク アイブロウパウダー 1ハニーブラウン （廃盤）／コージー本舗
薄づきなので濃淡の調整をしやすい★ 「ノーズを入れないので2色で十分♥ 廃盤が残念！」（結花さん・25歳）

アイブローマスカラ

1位 KATE アイブロウカラーN LB-2
編集部私物
先端が細いのでダマになりにくい！ 「パール感があるのでまゆげだけでもあか抜ける♪」（智世さん・27歳）

2位 ヘビーローテーション カラーリングアイブロウ 02 ¥800／伊勢半
長時間落ちにくいのにお湯で簡単にオフ♪ 「ブラシがコンパクトなので地肌につかない😊」（里奈さん・36歳）

3位 ドーリーウインク アイブロウマスカラ 2マロン ¥1,000／コージー本舗
明るい髪との相性抜群！ 「ゴワゴワしない仕上がり感が好き♪」（朋子さん・30歳）

PRESENT 15 3名様

ペンシルライナー

1位 ビボ
アイフル アイライナーA 01
¥400／エリザベス
ご存知、粘膜にも描きやすい芯の固さ♪ 「この値段で描きやすさ、にじみにくさが優秀✧」（真由佳さん・25歳）

2位 K-Palette リアルラスティングアイペンシル 24h SB01 ¥1,200／K-パレット(クオレ)
水や汗、皮脂に強くこすってもにじみにくい😊 「黒が濃いので薄く描いても目力アップ！」（麻衣さん・28歳）

3位 M・A・C テクナコール グラフブラック
¥2,400／M・A・C
ペン先を寝かせて太く、直角にあてて細く。「繰り出し式ってとてもラク。描き心地も抜群。」（優子さん・33歳）

リキッドアイライナー

1位 エム・エス・エイチ
ラブ・ライナーリキッド
¥1,600／スカイ・ラボラトリーズ
保湿成分を贅沢に配合し、目に優しい★ 「極細なのにハネも細いラインもブレない♥」（麻理香さん・28歳）

2位 K-Palette リアルラスティングアイライナー 24hWP SB101 ¥1,200／K-パレット(クオレ)
WPなのにぬるま湯でスルッと落とせるので肌に優しい★ 「1日中ツヤのある程よい濃さが◎。」（美樹さん・30歳）

3位 KATE スーパーシャープライナーS BK-1
編集部私物
キワを埋めたりハネラインを描いたり細ラインが自由自在。「黒すぎない発色って実は大事✧」（直美さん・32歳）



1位 ハタチの頃から姉世代のデカ目を支えてきた安定感に脱帽！

2位 スルッと描けてピタッと密着★ 日中の落ちにくさに定評アリ！

3位 一度描いたらヨレないのはさすがのM・A・C様！

1位 コシのある筆の描きやすさはリキッドの中で不動の1位！

2位 汗・皮脂・涙への強さは極上！ なのに簡単にオフできる優秀さ✧

3位 筆先の細さと描きやすさに奥二重さんの支持率高し😊

全国のお姉さん788人に大調査!!

堂々発表!!

Ane-gacha's BEST

若い頃からメイクも美容も人一倍、努力してきた

姉世代のコス

この度、お姉さんたちの美を作るアイテムの頂点が決まりました！ メイクにスキンケアにクリニック施術、流行ったメイクや

ベースメイク部門♥

Basemake

みんなが作る肌感はツヤの残るセミマット！

値段の幅は広いけど、1本5役の機能性や崩れにくい質感、くすみ飛ばし、乾燥対策など、こだわりが満載！

下地

2位 127票

24h cosme
24h UVベースローション
¥3,791／24h cosme（ナチュラピュリファイ研究所）

PRESENT 16 3名様



メイクしたまま寝ても肌に優しく1本5役の時短アイテムが高評価♥

天然スキンケア成分配合でSPF15・PA++。休日はベースもこれ1本で◎😺「夜は美容液としても使えるからお泊まり中も安心！」（美沙希さん・35歳）

3位 84票

毛穴パテ職人
化粧下地ブライトアップ
¥1,000／常盤薬品工業



落ちくぼんだ毛穴の凸凹がひと塗りでフラットな肌に✧

独自の3Dフィット処方に皮脂吸着効果が加わり崩れにくい。「くすみや色ムラをカバーするピンクベージュはアラサーの救世主😺」（紗季さん・27歳）

1位 191票

長時間、外出していても1日中皮脂を抑えてサラサラ😺！



ソフィーナ プリマヴィスタ
皮脂くずれ防止 化粧下地
¥2,800（編集部調べ）／花王ソフィーナ

皮脂を固めて広げない上に、皮脂と混ざらないため化粧持ちが抜群！「職場がかなり暑いけど、夕方まで全然崩れない😊」（彩さん・31歳）

リキッドファンデーション

1位 187票

薄づきなのに最高級のカバー力なめらかなツヤやか肌になれる！✧



エスティ ローダー
ダブル ウェア ステイ イン プレイス メークアップ 36
編集部私物

肌が均一になるのに厚塗り感がなく、きちんとカバーされて仕上がりが自然♥「夕方にティッシュオフすると塗りたてに戻る😊」（博子さん・35歳）

3位 71票

レブロン
カラーステイ メイクアップ 180
¥2,000／レブロン

植物由来の保湿成分配合でしっかり潤うのにテカらない！「肌にのせるとスルスル伸び素肌っぽい仕上がりに★」（海乃さん・28歳）



下地を塗らなくてもテカらず1日中潤い肌が続く✧

2位 86票

インテグレート
ミネラルウオータリーファンデーションN オークル 10
¥1,300（編集部調べ）／資生堂

化粧水、乳液、下地、ファンデーション効果がひとつに★「子供がいるので洗顔後すぐに使えるのがイイ😊」（由佳さん・26歳）

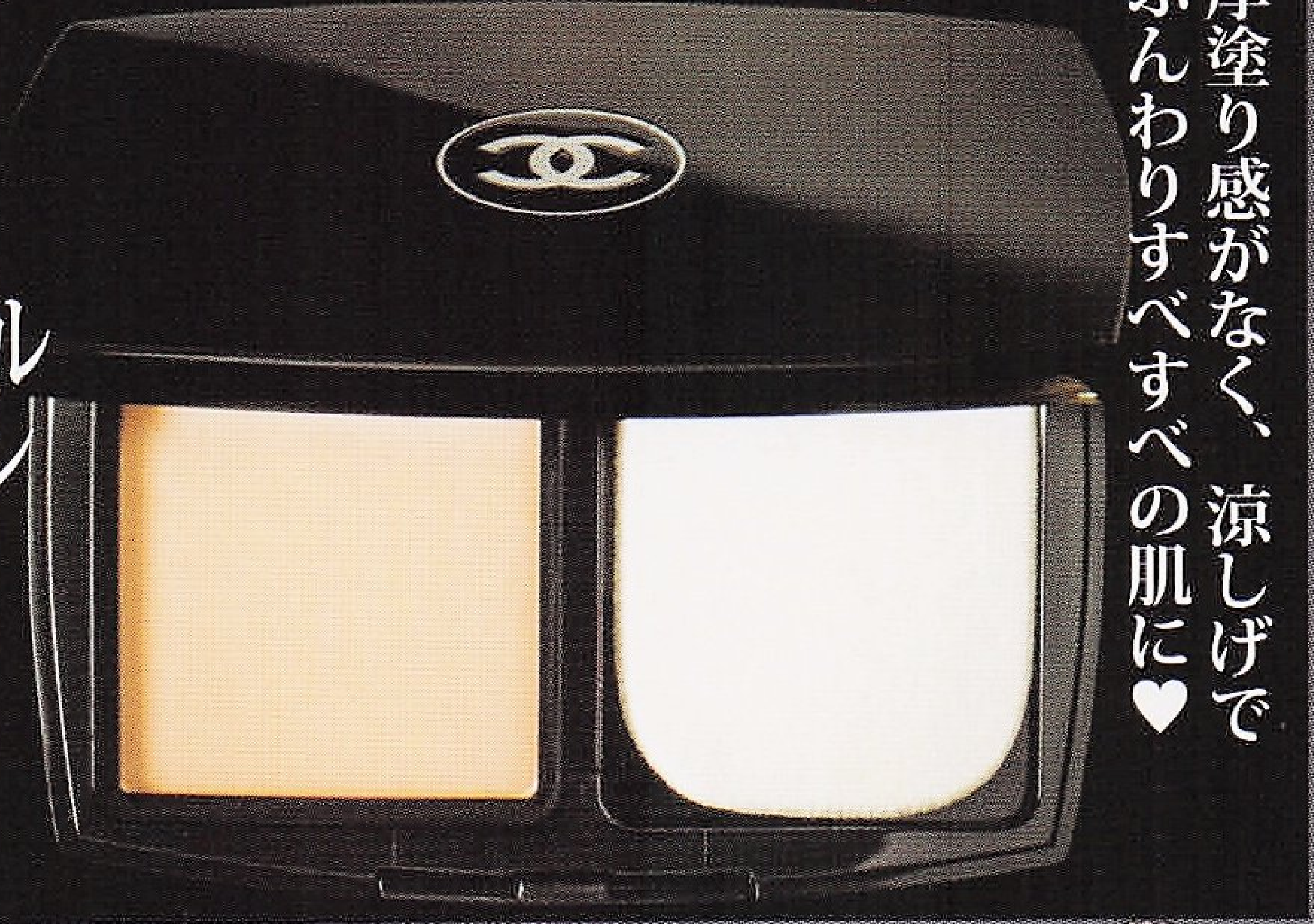


洗顔後1本でベースが完成！長時間ハリのある肌が続く♪

パウダーファンデーション

1位 191票

シャネル
マット ルミエール ペルフェクシオン コンパクト
編集部私物



厚塗り感がなく、涼しげでふんわりすべすべの肌に♥

保湿効果とオイルコントロール効果で明るい肌色が続く♪「長時間つけていても自然なマット肌がお気に入り！」（未来さん・27歳）

3位 61票

クレ・ド・ポー ボーテ
タンナチュレールプードルs
編集部私物

コンシーラーを使わなくても光をまとったような明るい仕上がりに♪「くすみが軽減されるのが分かる✧」（春香さん・29歳）



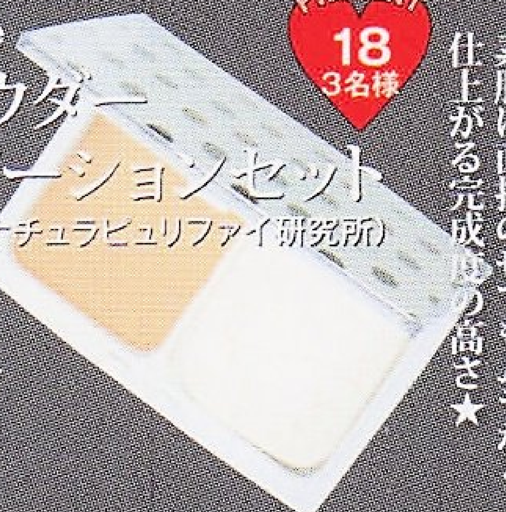
素肌がキレイと錯覚するほど毛穴なし・ツヤあり陶器肌に

2位 104票

24h cosme
24h パウダーファンデーションセット
¥4,743／24h cosme（ナチュラピュリファイ研究所）

PRESENT 18 3名様

長時間メイクをしても肌への負担が少ない♪（ネット限定販売）「クレンジングが必要ないって本当にラク！」（祥子さん・30歳）



素肌に直接のせてもムラなく仕上がる完成度の高さ★

フェイスパウダー

1位 211票

肌の色ムラやシワを飛ばす力がお姉さんの心を掴み続けた😊

シャネル
プードゥル ユニヴェルセル リーブル
編集部私物

粒子が細かいので肌への密着度が高く、肌が粉っぽくならない。「肌をフラットに透き通った感じにしてくれる」（さくらさん・33歳）



3位 130票

クリアラスト
フェイスパウダー ハイカバー 白肌オークル
¥1,500／BCL

PRESENT 17 20名様

下地とコンシーラーに重ねるだけでも色ムラのない肌に。「紫外線カット効果や肌のアラを隠す力がお気に入り😺」（麻美さん・25歳）

リピート率の高さの秘密はカバー力にアリ😊



2位 161票

キャンディドール
フェイスパウダー マシュマロ
¥1,560／CandyDoll（T-Garden）

大小異なる微細パウダーが肌に優しくフィット♪「年中、毛穴が開きっぱなしだけど凸凹なしのマット肌に！」（結唯さん・27歳）

オイリー派の支持高！文字通りマシュマロ肌に



コンシーラー

1位 169票

KATE
スティック コンシーラーN ナチュラル ベージュ
編集部私物

なめらかな感触と使いやすさに10代の頃からの愛用者多数！



大人ニキビもしっかり隠せる♥「固さがちょうど良い★」（美咲さん・25歳）

2位 155票

カバーマーク
ブライトアップ ファンデーション Y1
¥3,500／カバーマーク

目元のシワが気になり始める20代後半からの票が集結✧



目元に使ってもヨレずにブライトアップ。隠したことを気づかせない♥「シワの上を滑る感覚が秀逸✧」（奈央さん・27歳）

3位 107票

マキアージュ
コンシーラースティック EX ライト
¥2,500（編集部調べ）／資生堂

2色のパールで目周りのくすみを飛ばす！



ハイライト効果で3歳若返った印象にラブコール♥「まぶたにのせてシャドーベースとしても使ってるよ♥」（琴音さん・29歳）

若い頃は発色の良さで選んでたけど今はいかに肌を明るく見せるかが大事✧

専属モデル（30歳・滋賀県）既婚・息子1人・娘2人 けいこ

つけたときの血色感や大人かわいい印象に軍配！

チーク&リップ部門♥

Cheek&Lip

チークは老けない・痛くないコーラルピンクに人気が集中★ 口紅派は赤を、グロス派はピンクに分かれたよ

チーク

派手すぎないツヤ感で姉世代の顔が華やかに✧

1位 270票

M·A·C

ミネラライズ ブラッシュ デインティ

¥3,500／M·A·C

肌がふんわりして見えるマットな質感が人気✧ 「程よいコーラルピンクで顔がパッと明るくなるから手放せない★」（緑さん・33歳）

つけてみたよ♪

2位 255票

ポッと内側から色づいたような自然な血色感！

ヴィセ リシェ

リップ&チーク クリーム PK-4

¥1,000（編集部調べ）／コーセー

つけてみたよ♪

頬にポンポンとたたき込むと湯上がりのような頬に♪ 「リップとしても使えて色もかわいくて言うことなし♥」（莉子さん・29歳）

3位 143票

チーク&ハイライトの2色はどっちも使える絶妙なカラーリング♪

キャンディドール

チークカラーデュオ ピンクフラミンゴ

¥1,400／CandyDoll（T-Garden）

つけてみたよ♪

毛穴フォーカス効果で肌に溶け込みムラ知らず♥ 「ハイライトになるクリームベージュが意外と使える！」（夕実さん・26歳）

グロス

1位 204票

シャネル

レーヴル サンティヤント 165

編集部私物

つけてみたよ♪

こっくりしたテクスチャーで落ちにくい。「オレンジピンクの明るい口元になるので普段使いに愛用中♥」（麻里さん・32歳）

堂々1位は合わせるチークの色を選ばない実力派！

2位 160票

姉世代でも浮かないオレンジ寄りのコーラルピンク

M·A·C

クリームシーン ガラス リッチャー、ラッシャー

¥2,600／M·A·C

つけてみたよ♪

天然のモイスチャライザー配合で唇をしっかり保湿。「ライトな塗り心地なのにぷるんとした仕上がりに驚き！」（聖子さん・34歳）

3位 144票

マジョリカ マジョルカ

ルージュ マジェキス PK338

¥880／資生堂

つけてみたよ♪

プチプラアイテムにも関わらず優しい発色と保湿力は優秀！

潤い成分70%配合でしっとり潤う♥ 濃いめピンクの色味。「繊細に輝くラメ入りで薄づきでもかわいい発色」（美羽さん・29歳）

口紅

つけてみたよ♪

1位 310票

定番の色味こそ安心・安定のM·A·Cは裏切らない！

M·A·C

リップスティック コーラル ブリス

¥2,900／M·A·C

豊富な色の中でも使いやすい色は人気が高い。「ややオレンジがかっているので1本でヘルシーな印象に♥」（奈々絵さん・25歳）

2位 188票

フレッシュなキャンディレッドがアラサーの女子力を全開に

シャネル

ルージュ アリュール 136

編集部私物

つけてみたよ♪

赤みの効いたピンクは程よくオンナっぽさを演出できる♥ 「赤リップほど目立ちすぎず血色感がしっかり出る♪」（心音さん・27歳）

3位 157票

遊べる赤リップの中でも姉世代はハデすぎないコレ！

イヴ・サンローラン

ルージュ ヴォリュプテ シャイン 12

¥3,800／イヴ・サンローラン・ボーテ

つけてみたよ♪

のせた瞬間にとろける極上のテクスチャーにうっとり♥ 「赤リップに挑戦しやすいアプリコットレッド♪」（百合さん・31歳）

街を歩けばみんな
このメイクをしてた♥

この1年でみんながやったメイク部門♥

Trend makeup

上位3位の他に、
ナチュラルメイクや赤リップ、
描きぼくろ、ベース薄めの
ツヤ肌メイクがランクイン！

＼あのときも！／



2014年11月号の頃♥

まゆの下側を足すと目とまゆげの間隔が狭まるから、目がデカく見える効果も期待できるよ😊

ふんわり太眉でキツさを軽減し、大人っぽい顔立ちに✧

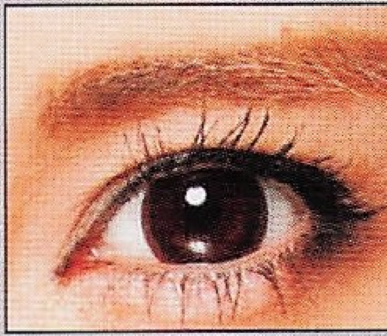


夜のお仕事お休み中（34歳／東京都）
独身・子供なし
LALAさん

1位 101票

なだらかカーブの太眉メイク

CLOSE UP!



優しい雰囲気に見えるってことでお姉さんたちの間で定番化★　自まゆを生やしたふさふさ感がカギ！

How to process



1 まゆ頭側にパウダーをオン
まゆ頭からまゆ山のあたりは自まゆが濃いので、薄い色を使うよ★　左と真ん中を混ぜてる♪



2 まゆ尻を完成させる！
自まゆが薄いまゆ山からまゆ尻には、濃いパウダーをのせるよ♥　平行に近いカーブを描く★



3 眉マスカラで仕上げる♥
ブラシをジグザグ動かして眉マスカラを塗る✧。毛がペタンとならないようにするのもポイント！

（右から）ノ.ビーローテーション パウダーアイブロウ＆ノーズシャドウ、サナ エクセル アイブロウマスカラN BM03／ともにモデル私物



白よりパール入りベージュで肌なじみと若返りを同時にゲット★

ライフスタイルプロデューサー（34歳／東京都）
既婚・娘2人
宮下美恵さん

3位 51票

涙袋メイク

CLOSE UP!

涙袋をぷっくりさせると目元が明るくなるしかわいさもアップ♥　ただし、真っ白でギラギラしてるのはNG💧

＼あのときも！／



2014年11月号の頃♥
パール入りのブラウンシャドーを使用★
涙袋の下に影を入れることで強調できる♥

How to process



1 涙袋にシャドーをオン♥
細めの筆にシャドーを取り、涙袋全体にのせていくよ😊　パール入りベージュだと上品な印象✧



2 余計な粉を払うよ！
お粉をのせるときに使う大きめのブラシで軽くシャドーを払うよ★　これでつけすぎを防止する！



シュウ ウエムラ プレスド アイシャドー P822



ゆるいハネラインでメイクにヌケ感と上品さを演出♥

＼あのときも！／

2014年9月号の頃♥

下目尻の延長線上にハネラインが続くイメージ♪　濃くならず適度なフェロモンが出る✧

主婦＆TOKYO NADESHIKOブロガー（34歳／東京都）
既婚・子供なし
MERIさん

2位 87票

目尻ゆるハネライン

ぎゅいん！と真上にハネてた時代もあったけど、薄メイクに合わせてゆる〜く横に流すようになりました♥

CLOSE UP!

How to process



1 まずは粘膜を塗りつぶす
まずはリキッドでまつげの隙間と粘膜を埋める♪　しっかり埋めればラインが太くなりすぎない😺



2 目尻のハネラインを引く！
目尻の先端から横に延長する気持ちでハネラインを引くよ♪　スッと力を抜くとうまくいく😊



3 最後に上ラインを引く♪
目頭側から少しずつラインを引いてハネと合流させる♥　最後に引くほうが調整しやすいよ！



ケイト スーパーシャープライナーS BK-1／モデル私物

3年前と変わったメイク部門!!

全体的にナチュラルメイクに移行したこの3年♥
薄くても盛れるメイクに辿り着いた!!

1位 まつげがナチュラルになった!!

まつエクが定番化し、つけまも繊細な毛束が主流に♪　マスカラも重ね塗りしなくなった😊



2014年3月号の頃♥



2011年4月号の頃♥

束感やボリュームのある上つけまに、下つけまも装着していた時代★　いつしか上つけまは目尻メイン、下はマスカラのみになって上品に😊

2位 まゆげが太くなだらかになった!!

海外セレブがやり始めた太眉ブームが次第に定着★　キツく見える顔が優しい印象に！



2014年11月号の頃♥



2011年11月号の頃♥

昔は主役のアイメイクを引き立てるように、細く薄いまゆげでデカ目を強調！　今は太眉で薄くなったアイメイクとバランスを調整♥

3位 下ラインを引かなくなった!!

黒々しくがっつり囲んでたけど、下ラインを引かないほうがヌケ感も出て目が大きく見える✧



2014年11月号の頃♥



2011年4月号の頃♥

デカく見せようと必死に囲んでいたのも昔の話。まつげがナチュラルになった流れでラインも細くなり、下ラインの存在が消えてった！

りえが3個目をリピート中!!

ルナソル

スキンモデリングアイズ01

編集部私物

見た目のわりに濃すぎず、ひと塗りで上品な仕上がりがすごくしっくりきた 大きすぎないラメの粒感も好き♪



肌に溶け込みどんなチークにもぴったり合う！

佳那恵が3個目リピート中!!

イヴ・サンローラン

クリーム アイライナー エフォシルNo.1

¥3,000／イヴ・サンローラン・ボーテ

程よい柔らかさで思い通りのラインが引けるし、ぼかしも簡単♪ 持ちもいいのでメイク直しの必要がないよ



固すぎない伸びのいいテクスチャーに感動したっ♥



マスクとして25回使える上に、肌に透明感が溢れ出る！

美和子が4個目をリピート中!!

SK-II

スキンリブースター

75g¥10,500（編集部調べ）／マックス ファクター

ワンプッシュ分を肌になじませて5～10分ほど放置 シートマスクよりもラクな塗るパックで、高い保湿効果が◎

唯一コレだと思えるものに出会った♥

リピートコスメ部門♥

Repeat Cosme

お姉さんたちの中でもメイク、スキンケア番長ともいえる6人の推しアイテムと熱い気持ちをご紹介！

休日のゆるメイクや薄盛りメイクにベストな発色



ちょっとしたメイク直しがコレ1本で完成する♪



粒子が細かいので自然に肌になじみキレイに見せてくれる♥



LALAが25個目をリピート中!!

ディオール アディクト

リップグロウ

編集部私物

ほんのりピンクに色づくから化粧室まで行かなくてもメイク直しがコレ1本で済む♪ しかも使い始めてから皮がむけなくなった

まなかが5個目をリピート中!!

コスメデコルテ AQ MW

フェイスパウダー 80

¥5,000／コスメデコルテ

白浮きせずほんのり血色がよくなって顔色が明るくなる 保湿効果が高いので乾燥肌の私にとっては手放せない逸品！

祐香が13個目をリピート中!!

マジョリカ マジョルカ

ルージュマジェキス PK338（左）、OR317（右）

¥880／資生堂

グロスだけでも十分かわいく発色するので、薄メイクでも盛れる 皮ムケもしないしコスパの高さに5年くらい愛用中♥

この1年の流行を振り返る！ 驚きのメイクニュース♥

みんなのコスメやメイクに対する、ちょっとした気持ちの変化をピックアップ♥

NEWS 4 ベースメイクに変化が！ BB・CCクリームに押されてクリームファンデが控えめに♥

BB・CCクリームが定番化★ とはいえクリームファンデのカバー力と保湿力は魅力的♥

CCクリーム部門1位♥ 肌色補正効果あり。コンプレックス コントロール CCクリーム¥1,800／コンプレックス コントロール

クリームファンデ部門1位♥ ひと塗りでシミのない肌に！ カバーマーク ソフト<ES>パクトO20 ¥3,500／カバーマーク

BBクリーム部門1位♥ みずみずしい肌に。メイベリン ピュア ミネラル BB ウォーター ジェル¥1,200／メイベリン ニューヨーク

NEWS 3 メイクが薄くなってハイライト、シェーディング、ノーズシャドーを持ち歩く人が減った！

9月号のポーチの中身企画でもあったように、お姉さんが持ち歩くコスメに変化が訪れたよ

ノーズシャドー部門1位♥ まゆ頭からつなげて自然なホリを作るコ多数★ KATE デザイニングアイブロウN EX-4／編集部私物

ハイライト部門1位♥ パールが細かいのでギラつかず肌なじみ抜群。キャンメイク ハイライター 05¥550／井田ラボラトリーズ

シェーディング部門1位♥ 薄づきなので色味を調整しやすい♪ キャンメイク シェーディングパウダー 03¥680／井田ラボラトリーズ

NEWS 2 ジェルライナーが進化してポット型からペンシル型に！

メイク直しや急いでいるときに不便だったけど、ペン型に進化して描きやすくなった

ぼかしやすさとにじみにくさはキープ！

ラスティング ドラマ ジェルペン ライナーBK-1¥1,300／メイベリン ニューヨーク

NEWS 1 つけまをしなくなってまつ育ブーム到来♥

ゴリゴリつけまの愛用世代★ アイメイクが薄くなって自まつの大切さに気づいたよね

細く短く少ないまつげをよみがえらせる！

まつげのコシとボリュームをアップ★ スカルプD ボーテ ピュアフリーアイラッシュ／編集部私物

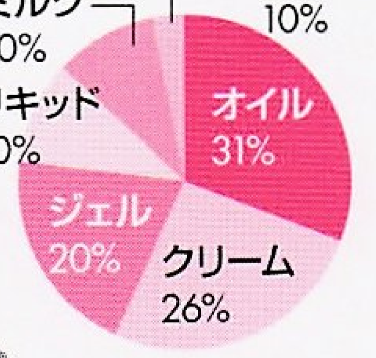
1日2回、朝晩のスキンケア前にまつげの根元にオン 2週間でぐんぐん伸びる★

私たちの美素肌作りに
欠かせないアイテム集結♥

スキンケア Skincare 部門♥

シミ、シワ、たるみと戦う毎日💧
1分1秒でも肌年齢を
ストップさせるために使っている
実力派コスメをご覧あれ😊

Q1 愛用中のクレンジングのタイプは？



自分の肌質に合わせて選んでいる結果に✧

オイル、クリーム、ジェルの3大タイプに票がほぼ分かれたよ♪ ただし、選ぶ基準はクレンジング力と乾燥しない点がポイント！

クレンジング



1位 198票

ビオレ

メイク落とし パーフェクトオイル

150ml（オープン価格）／花王

手や顔が濡れていてもWPマスカラもぐんぐん溶かす✧「おフロで手軽に使えるので長年愛用中★」（彩香さん・36歳）

オイルなのに濡れ手で使えて乾燥しないとぶっちぎり！

2位 112票

ビフェスタ

うる落ち水 クレンジング ローション モイスト

300ml¥1,000／マンダム

より化粧水効果がアップ、ふき取る際の摩擦が低減★「ふき取り後のしっとり、低刺激でつっぱらない♪」（真由子さん・26歳）

PRESENT 19 5名様

くすみも落とし使うほどに肌がクリアになる✧

3位 67票

ラチュール

クレンジングジェル

150ml¥1,800／リトルホープ

8種のフルーツエッセンスや潤いカプセル配合で洗い上がりがしっとり♥「ジェルでまつエクしてても使える♪」（菜月さん・30歳）

朝洗顔で使うとメイクノリが格段にアップ♥

洗顔



1位 221票

ビオレ

マシュマロホイップ リッチモイスチャー

150ml（オープン価格）／花王

ポンプを押すだけでふんわり泡★ つっぱらないのが嬉しい😊「泡立てなくていいから忙しい朝に便利😺」（杏奈さん・29歳）

ふわもこ泡でこわばった肌が柔らかくなる😊

2位 130票

専科

パーフェクト ホイップ

120g（オープン価格）／資生堂

キメ細かな泡が毛穴や皮脂の溝に詰まった汚れをオフ！「長年の定番。最後まで弾力のある泡で洗えるのがイイ😊」（美緒さん・28歳）

クリーミーな泡、洗い上がりの肌感、価格に潤い、満点！

3位 67票

牛乳石鹸

カウブランド（赤箱／青箱）

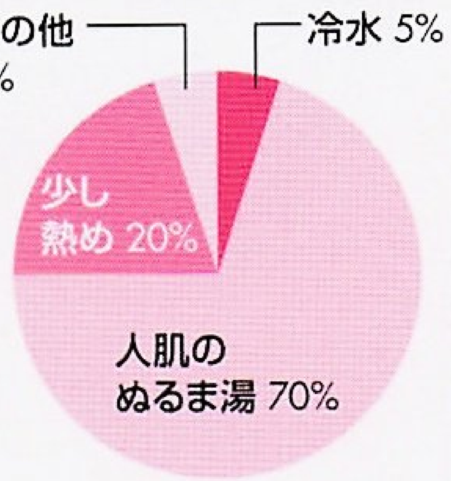
赤箱100g¥100、青箱85g¥80／ともに牛乳石鹸共進社株式会社

赤箱はしっとりなめらか肌に、青箱はさっぱりすべすべ素肌に😊「ゆらぎがちな肌になくてはならない逸品♥」（花梨さん・29歳）

PRESENT 20 10名様

成分の優しさ、シンプルケア志向のお姉さんが支持！

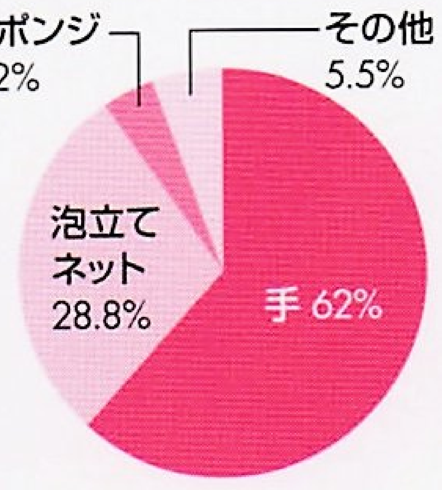
Q2 洗顔をするときの水温は？



人肌と同じくらいのぬるま湯で洗うコが圧倒的！

毛穴が開くため皮脂や汚れをしっかり落とせる上に、肌に刺激を与えないのが◎♪ 熱めの温度ですすぎ最後に冷水で引き締める方法もアリ。

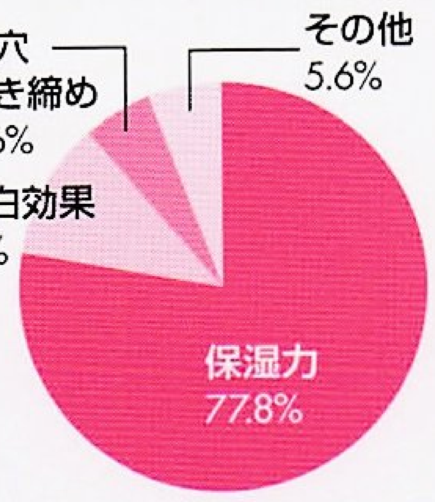
Q3 顔は何で洗っている？



泡を壊さないように手で包みながら洗っている★

スポンジや手ぬぐいを使うコは少数。自力でたっぷりの泡を作って洗うコがほとんど！ 泡立てネットで泡立てて手で洗うパターンも多かった😺

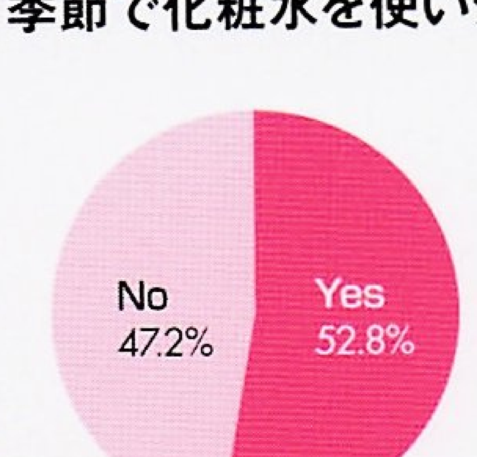
Q4 化粧水選びで1番重視するのは？



お姉さん世代は基本、保湿力の高さがポイント！

季節問わず、選ぶ基準となるのは断然、保湿力★ 冬は保湿、夏は美白効果のあるタイプと選び分けていたり、無添加重視のコもいたよ😊

Q5 季節で化粧水を使い分ける？



季節の変わり目でゆらぐ肌のことは無視できない！

乾燥しやすい秋冬は保湿効果の高いモノに変えてより潤いを求めているよ♥ Noと答えたコの多くはあとに塗るクリームで対策している模様！

化粧水



1位 117票

無印良品

化粧水・敏感肌用・高保湿タイプ

200ml¥649／無印良品 池袋西武

天然水使用で敏感肌でも安心して使える★「おフロ上がりにコットンをひたひたにしてパックしてるよ😊」（葵さん・30歳）

バシャバシャ使えるコスパの良さが強豪を制す！

2位 86票

SK-II

フェイシャル トリートメント エッセンス

150ml¥16,000（編集部調べ）／マックス ファクター

独自の天然成分が90%以上配合された化粧水。「30歳から愛用♥ 値段は張るけどキメが細かくなるので結局戻る♥」（奈々子さん・32歳）

一晩でパン！としたハリが生まれてクリアな素肌に★

3位 55票

肌研（ハダラボ）

極潤ヒアルロン液

170ml¥838（編集部調べ）／ロート製薬株式会社

数種類のヒアルロン酸を組み合わせ今まで以上の潤いに進化✧「冬場は絶対！ トロトロのテクスチャーが好み😺」（里奈さん・26歳）

手のひらが吸いつくほどのもちっと保湿を実感！

PRESENT 21 1名様

美容液

1位 106票

SK-II
ステムパワーエッセンス
30ml¥11,400（編集部調べ）／マックス ファクター

内側からのハリで毛穴が目立ちにくくなり、久しぶりにたまご肌をゲット♥「格段に肌の調子が良くなる✧」（七海さん・34歳）

ハリに違いを感じ翌朝の肌でも潤いを実感できる♥



ウソみたいに絶好調の肌になり透明感も高まる!!

2位 85票

アルビオン
エクラフチュール
40ml¥10,000／アルビオン

細胞のコンディションを整えて内側から格段に明るい肌になる♡「睡眠不足でダメージを受けた肌も翌朝ツルツル★」（明日香さん・35歳）

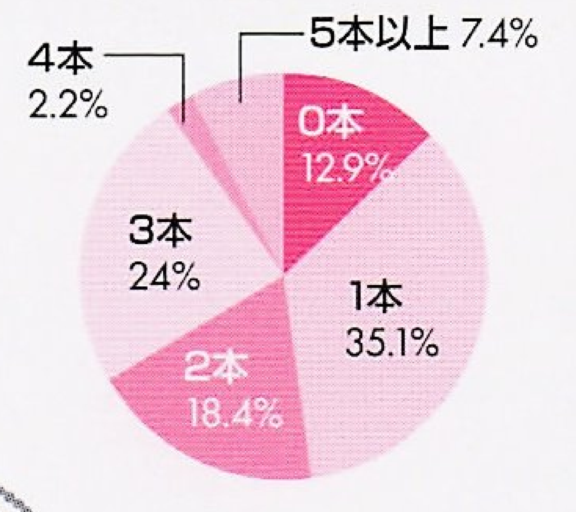
3位 54票

エスティ ローダー
アドバンス ナイト リペア SR コンプレックスII
編集部私物

睡眠中の肌の働きをサポートして若々しい肌に導く。「油分と水分バランスが整って肌がピンと元気になる♡」（梨紗さん・36歳）

高い修復力が潤いハリなどアラサーの肌悩みを撃退!

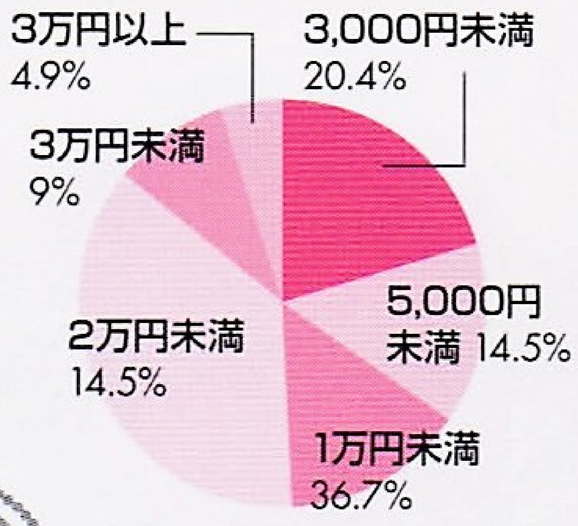
Q6 愛用中の美容液の本数は?



肌の悩みに合わせ目的別に数本持っておきたい!

美容液は悩み別に明確な効果を期待して使うもの★　総合的な1本を持っておけば安心だけど、ハリ、美白など目的別に2〜3本持つべき!

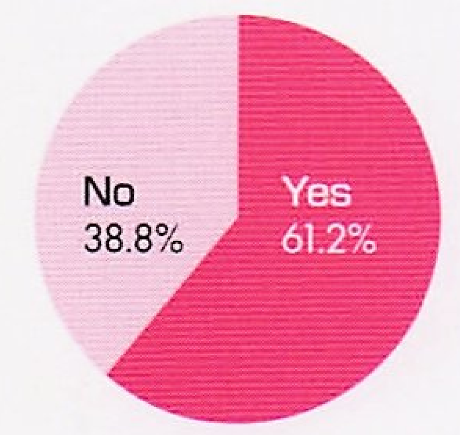
Q7 美容液1本にかける予算は?



高ければイイのが分かるから効果求めて2万円まで!

使い続ければ効くし、肌悩みを解消するためにスキンケアの中でもお金をかけているコが多かった!　投資した分、自分に返ってくるからね♡

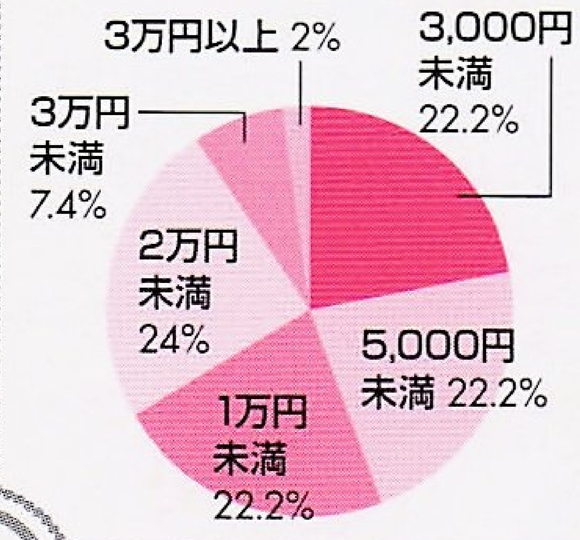
Q8 乳液のあとにクリーム塗る?



塗る派も塗らない派も結果はほぼ半分くらい!

ブランドのラインに合わせて使ったり、最後のフタの役目として塗ったりする反面、化粧水と乳液だけのシンプルケア派も多数いたよ♡

Q9 クリーム1品にかける予算は?



美容液に比べ、クリームの値段はピンキリ!

クリームはお金をかけてこそってコもいれば、安くても十分ってコも♥　美容液や乳液に比べ、クリームを使う派が少ないのもひとつの理由★

乳液



1位 174票

アルビオン
エクサージュ モイスト クリスタル ミルクII
200g¥5,000／アルビオン

洗顔後すぐに使う、まろやかな乳液。あっという間に肌の奥からふっくら♥「頬を触るのが楽しくなる♡」（結菜さん・29歳）

好みのあるふかふかしたやわ肌に♥リピート率高し!

3位 67票

ヴァセリン
オリジナルピュアスキンジェリー
80g（オープン価格）／ユニリーバ・ジャパン

天然保湿スキンオイルで赤ちゃんから大人まで使える♪「手のひらで温めて乾燥した部分に塗りこんでる♡」（凜さん・25歳）

PRESENT 22 3名様

顔や唇、爪にかかと、全身保湿できる定番アイテム✧

2位 125票

なめらか本舗
乳液 NA
150ml¥900／常盤薬品工業

美肌作りに欠かせないイソフラボン含有の豆乳発酵液配合で肌に弾力が生まれる。「おフロ上がりに体にも♪」（綾さん・34歳）

保湿効果もコスパも優秀なプチプラコスメの代表格✧

クリーム



1位 164票

安くて万能★ 2014年大ヒットの波が継続中♡

PRESENT 24 2名様

ニベア
ニベアクリーム
169g（オープン価格）／ニベア花王

スクワラン、ホホバオイル配合で素肌に潤いを与える★「蒸しタオル美容をするとキメがよみがえる♥」（麻央さん・33歳）

2位 119票

翌朝には老化肌から復活!　ひと塗りの威力に大満足

ドゥ・ラ・メール
クレーム ドゥ・ラ・メール
編集部私物

キメが細かくなりハリも出る、乾燥も落ち着く総合的なクリーム★「どんなに疲れた肌も一気に立て直す♪」（あかりさん・33歳）

3位 69票

クリーム特有のベタつき感がなくみずみずしい使用感!

PRESENT 23 1名様

肌研（ハダラボ）
極潤ヒアルロンクリーム
50g¥1,219（編集部調べ）／ロート製薬株式会社

スーパーヒアルロン酸成分配合で、極潤ならではの保湿力は言うことなし★「ベタつかない質感が心地イイ♥」（ももかさん・27歳）

クリニックに頼る人気美肌施術♥

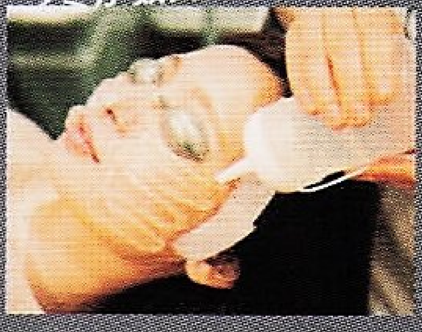
確実性と即効性のあるクリニック施術に頼りながら、自分ケアとバランスよく美肌を保とう♪

シミにはフォトシルクプラス♥

メラニンに反応する光を当てて見えないシミの色素も分解!　照射された光が肌奥にあるコラーゲン繊維を刺激し、肌を活性化してプリプリのハリにつながる♪

シロノクリニック恵比寿
東京都渋谷区広尾1-1-40 恵比寿プライムスクエアプラザ2F
http://www.shirono.net

施術後に浮き上がったシミが数日でポロリ♥



ホウレイ線にはレディエッセ♥

ヒアルロン酸に比べて少し硬めのテクスチャーのため、持続期間が長く注入後の定着感も安定的♪　ふっくらしたハリが生まれ、深いシワがフラットな頬になるよ♡

わかばクリニック
東京都港区六本木7-15-10 クローバービル6F
http://wakabamc.com

ヒアルロン酸と同じくらいお手軽!



目尻のシワにはボトックス♥

シワの原因となる、表情を動かす筋肉の動きを一時的に弱めてシワを目立たなくさせる施術♡　施術も5〜10分と短時間でできる上に痛みもあまり感じないため、人気の施術♪

ノエル銀座クリニック
東京都中央区銀座5-4-6 ROYAL CRYSTAL GINZA3F
http://www.noel-clinic.com

腫れも少ないので気軽にできる!



スペシャルケア

効果に合わせて
47種類の中から
1枚をピックアップ！

フェイスマスク 1位

ルルルン

フェイスマスク LuLuLun4S

42枚入り（エッセンス480ml）¥1,500／グライド・エンタープライズ

５秒で取り出せるBOXタイプに進化♥　成分もさらにパワーアップ✧ 「たくさん入っているから、毎日気にせず使えるのがいい♥」（麻里香さん・30歳）



毎日使いたい派は
1箱42枚入りの
お得なマスクが◎！

こうやって
使ってるよ♥



↓硬めだから水を少し足すのが◎。洗顔後の濡れた肌に塗り10分置いてから洗い流すよ（祐香）

フェイスマスク 2位

ピュアスマイル

エッセンスマスクシリーズ

23ml各¥100／サンスマイル

厚みのあるシートにたっぷり23mlも美容液を配合♥　「1枚108円のコスパのよさは毎日のケアに欠かせない♪」（恵美奈さん・29歳）

PRESENT 25 5名様



フェイスマスク 3位

ラッシュ

人魚姫

60g¥1,701／ラッシュジャパン

フレッシュな海藻でお肌がしっとり潤う♥　「キメが整ってモチモチ肌に。乾燥する季節にピッタリ☆」（歩さん・32歳）



フレッシュな原材料を
使った自然派の
オーガニック化粧品！

無印良品

ホホバオイル

50ml¥834／無印良品 池袋西武

保湿 1位

保湿やマッサージはもちろん頭皮にも使える！「化粧水の前に使うと、浸透が良くなる♪」（葉子さん・27歳）

コレ1本あれば
頭皮からつま先まで
まるごとケアできる♥

こうやって
使ってるよ♥



←化粧水前にオイル数滴を顔全体にのばすよ。化粧水の浸透が良くなってしっかり潤う✧（りえ）

PRESENT 26 1名様



ヘアケア部門の
アンケートで
ダントツの支持率！

フットスクラブ 1位

ラッシュ

火山マスク

140g¥1,038／ラッシュジャパン

PRESENT 27 5名様

匂いの原因となる古い角質もオフしてくれる★「脚がむくんだときは、お風呂のときにマッサージするよ！」（愛梨さん・33歳）

こうやって
使ってるよ♥



↑手のひらになじませてから、濡れた脚にくるくるとマッサージしながらのばすよ★（けいこ）

ミネラル豊富な
死海の塩で
透明感のある肌に！

SABON

ボディスクラブ 1位

ボディスクラブ パチュリ・ラベンダー・バニラ

600g¥5,093／SABON Japan

スクラブのマッサージ効果で血行がアップしてハリのある肌に！「バニラの甘い香りがたまらなく好き♥」（久美子さん・28歳）

プチプラ美容の王道！
リピーター続出の
全身クリーム♥

ニベア

ニベアクリーム

保湿 2位

50g（オープン価格）／ニベア花王

1年中使える万能クリーム♪「某高級クリームと成分が近いって聞いて使い始めたら本当に良かった♥」（由真さん・29歳）

アウトバストリートメント 1位

ケラスターゼ

NU ソワン オレオ リラックス

125ml¥3,000／ケラスターゼ

扱いにくい髪質や毛先もしっかり潤い、ツヤのある柔らかい髪に★「優しい手触りになるのがお気に入り」（美優さん・32歳）

ヘアスプレー

雨の日も巻き髪が
キープできる！
最優秀スプレー✧



1位 252票

ケープ

3D エクストラキープ

180g（オープン価格）／花王

ふわっと仕上げたいけど巻きは1日キープしたい。そんな要望を叶えてくれる「自然な立体感が保てる♥」（知加子さん・26歳）

2位 157票

VO5

スーパーキープ ヘアスプレイ〈エクストラハード〉

無香料330g¥980／サンスター

結婚式など、崩したくないときに✧　大容量だから気兼ねなく使えるのも高ポイント。「風が強い日でも安心のキープ力」（恵理さん・28歳）

彼に触られても
OKなふわふわの
巻き髪が完成✧



3位 77票

ケープ

ナチュラル＆キープ

微香性180g（オープン価格）／花王

がっちり固めたくない日用に使うお姉さんが多数♥「歩くたびに巻きが弾む感じがいい♥　キープ力も◎！」（エミさん・32歳）



パリパリに固まりす
ぎないのに崩れな
いハードスプレー✧

シャンプー＆コンディショナー

2位 102票

ドラッグストアで手軽に買えて価格もお手頃なのが嬉しい♥　ツルツルの洗い上がりも人気の理由。「泡立ちがイイから洗ってて気持ちいい✧」（麻美さん・31歳）

CMが気になって
買うお姉さんが
続出してる模様✧



エッセンシャル リッチダメージケア

各480ml（オープン価格）／花王

3位 90票

和草のチカラでダメージケアはもちろん傷みを防いでくれる効果も期待できる♥「甘い香りとキシキシしない手触りが好き」（遥さん・27歳）

ダメージを予防し
てくれる独自の処
方が魅力✧



いち髪 濃密W保湿ケア

シャンプー530ml・コンディショナー530g（オープン価格）／クラシエホームプロダクツ

1位 198票

ダメージ補修力と
香りが良いのが
人気の秘訣！

PRESENT 28 3名様



特許取得済みのリペア・ターゲット・テクノロジー処方が傷んだ部分を徹底的に補修。「流した瞬間から手触りが違う」（香織さん・25歳）

LUX スーパーダメージリペア

各260g（オープン価格）／ユニリーバ

美容にイイって分かると値段は関係ないよね✧

この1年でみんながやった美容テク♥

Trend beauty technique

外側だけじゃなく、体の内側からキレイになることの大事さに気づいた姉世代♥　食生活の管理も変わった！

テク1 ニベアで保湿！

ニベアを使ったいろんな裏技が流行中♪　ハンドプレスや蒸しタオルパックで、翌朝にはふかふかの肌になる♥

テカらないベトつかないニキビもなくなる万能選手



たっぷり使える大容量缶。169g（オープン価格）／ニベア花王

＼私はおフロで♥／



クレンジング後に塗って湯船に浸かりながらマッサージ。白くてもちもちの肌になる😊（MERI）

テク2 コロコロするならリファ！

アンケートで「美顔器は何を使ってる?」と聞けば、ほとんどのお姉さんが「リファ！」と答えた2014年♪

＼私も！／



テレビを見ながらコロコロするのがここ1年の日課。体はお風呂上がりにリンパにそってローリングしてるよ♪（紗和）



友だちにオススメされて春頃に購入したよ★　肌が吸い上げられる感覚が気持ちよくて飽きない😊（さやか）

リファって？

エステでも人気の微弱電流「マイクロカレント」を発生させ、キメを整え引き締まった肌に導いてくれる😊

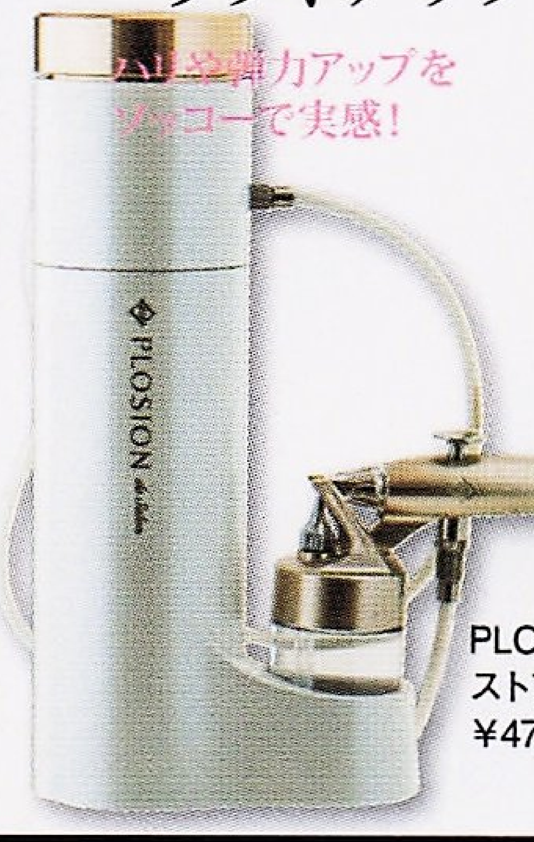


心地イイ吸引力でリフトアップ✧

顔の他に全身のケアにも使える♪
リファカラット¥23,800／MTG

テク3 炭酸ミストでリフトアップ！

炭酸水でケアするお手軽な方法からミストを使ったケアまで様々！　中でもプロージョンは大人気✧



ハリや弾力アップをソッコーで実感！

PLOSION 炭酸ミストフェイスセット
¥47,500／MTG

＼私も！／



次に使う化粧水の浸透力を高めてくれるから、朝晩の洗顔後に使ってるよ♥　肌も引き締まる。（咲）



顔のくすみが気になったらスキンケアの前やメイクの合間にミスト★　血行がアップする！（まなか）

ハンディタイプもあるよ♥

置き型の高濃度炭酸の効果はそのままに、使うシチュエーションを選ばずに使えるハンディタイプは6月に登場😊

テク4 酵素を毎日の生活に摂り入れる！

酵素ドリンクでプチ断食が流行った2013年。食生活を変えない酵素ジュースや酵素サプリで摂り入れるのがお姉さん流！

＼私も！／



食物繊維が豊富で体内環境がクリアになる♥　アサイーベリー味がお気に入りで、買いだめしてるよ😊（咲）

酵素と美肌の関係は？

酵素は体内の消化・吸収を手助けするため、デトックスだけじゃなく栄養成分の吸収促進の役割も。新陳代謝がアップし肌のターンオーバーも整い美肌に保つことができる✧

テク5 毎朝のお供はグリーンスムージー！

食生活をムリに変えることなく、ダイエットや美肌効果、免疫力アップと嬉しい効果を期待できるため、みんな飲んでた！

＼私も！／



ミキサーで作るときもあるけどいろんな味が楽しめる粉末タイプをストック♪　カロリーを調整してる！（美恵）



短時間で作れる粉末タイプを豆乳で割って毎朝飲んでるよ♥　便通も良くなった✧（絵里奈）

グリーンスムージーって？

本来の作り方は生の葉野菜とフルーツをカットして水を加え、ミキサーにかけた飲み物♥　フレッシュなのがイイけど作るのが面倒ってコには、粉末タイプを使うのが人気だよ😊

流行りを予習して美を先取りしよう♥

2015年はコレ！編集部イチオシ期待のアイテム♥

Recommended cosme

新しく流行りそうなコスメも知りたい!!ってことで、最後に編集部が気になるコスメをピックアップ♥

今すぐチェックしておくべき美容成分はミドリムシ!!

ダイエットや便秘解消、アンチエイジングにもいいと、サプリとして流行中のミドリムシが今度はコスメに!!

ユーグレナエキス高配合のアイテムはコチラ♥



マッサージ用にも◎！最後にお肌のベール♥

ユーグレナ高濃度でピンと弾力ある肌に★

美容液みたいなとろみのリッチな化粧水♪

ピリピリもせず潤い肌にリセット♥

PRESENT 29 1名様

（右から）B.C.A.D.ディープモイスチャーフォーム120g¥3,300、スキントリートメントエッセンス120ml¥5,500、インナーリフトセラム28ml¥7,700、シルキーエマルジョンクリーム28g¥7,700／すべてユーグレナ

ミドリムシ（ユーグレナ）に含まれる栄養成分が加齢で弱った肌をハリと潤いで満たす！

ミドリムシ＝ユーグレナはとっても栄養成分が豊富な藻♥　最近のさらなる研究で、ユーグレナから抽出されたエキスがお肌にもいいことがわかり、遂に商品化されたんです♪　ご紹介のB.C.A.D.ではさらに肌の奥まで届くように工夫されてるので、ふっくらハリのあるお肌に導いてくれる!!

1本でクレンジング・洗顔・化粧水までできるミセラー水で時短がかなう！



水分と油分を整えてくれる混合肌用♪

赤みを抑える生理前もOKな敏感肌用♥

乾燥肌用で潤いたっぷり逃さない✧

（右から）アージェンス ミセラー、ローザカルム ミセラー、ピュレテ ミセラー各500ml¥2,400／プラントシステム

仕事や育児に忙しい、アラサーに朗報♪　1本でクレンジング＋洗顔＋化粧水の3役、しかも肌に優しいから一度使うと手放せなくなるはず!!

濡れた肌に塗って流しちゃうのに、全身潤うボディローション登場!!



今までのってタオルドライ後に使う物が多くて億劫だったよね💧　これはお風呂場の中で流れでケアできちゃうからラクちん♥

ヨーロッパではもう当たり前!!

ニベア インシャワーボディローション200ml（オープン価格）／ニベア花王

まつ育の次はまゆ育♥まゆげ美容液で自まゆを生やそう♥

抜きすぎて生えてこない…そんなまゆげ悩みを解消する育毛美容液が続々登場♪　これで流行りの太眉もサマになるよ!!



速乾タイプでメイク前にも使える！2月9日発売♥

ヘビーローテーション アイブロウ リッチセラム¥1,000／伊勢半

まつげ育毛兼用で使い勝手一石二鳥!!

ラブアイ¥1,833／RADIANT STORE（サルーテ ボーテ ラボラトリーズ）

保湿のために塗るオイルは卒業!!これからはオイルで体を洗う時代♥

オイルボディシャンプーという新ジャンルを開拓。ノンシリコン、石油系洗浄成分・アルコールフリーで優しい♥



ボトルもかわいい新感覚ボディソープ♪

ボヌヴィエール400ml¥734／アクアノア

美肌の救世主セラミドのすごさに再注目!!

セラミド+コラーゲンで、セラコラ♥　加齢で減少する3つのセラミドが配合されてるので若々しいお肌になるよ♪

（右から）セラコラ 超しっとり化粧水180ml¥800、パーフェクトゲル90g¥1,000／ともに明色化粧品



とろみテクスチャーでアラサーの肌に潤い補完!!

べたつきなしのコスパも優秀クリーム♥

週1回のスペシャルケアに高濃度の炭酸ガスパック♥

炭酸美容が花盛りの今、このパックは保湿力・引き締め、美白、どれも文句なし!!　お値段分の価値があります♥



ぺろりとはがす感覚もヤミツキ★

ルージュフィル・プレタパック
¥20,000／リズム

見直す絶好のチャンス!!

クレンジングで必要な油分まで落としていたら、どんなに高いクリームを塗っても意味がない💧　メイクや汚れをきちんと落としながら潤いを閉じ込めてくれる、これからの季節の救世主をご紹介♥

PHOTO_Nobuyuki Sasaki **HAIR&MAKE**_Emiko Matsumae **EDIT&TEXT**_Kumi Matsuno

ンジングしたら、り知らずの潤いで満ちた肌に♥



コレを使ったよ！

アージェンスミセラー♥

クレンジングのあとはすすぎやW洗顔、化粧水もいらないほどしっとり潤う✧。¥2,400／プラントシステム



How to Cleanging



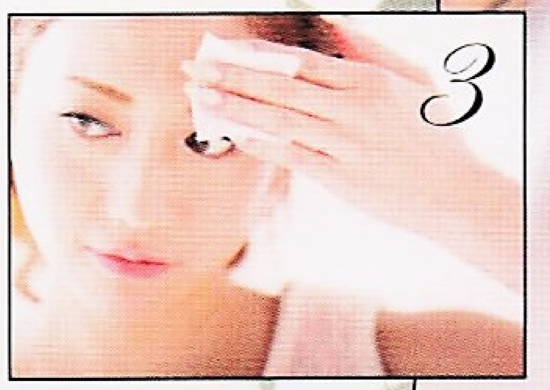
コットンにたっぷりと！

大きめのコットンを手にのせ、ミセラー水をなじませるよ♥　コットンがひたひたになるくらいたっぷりと😸



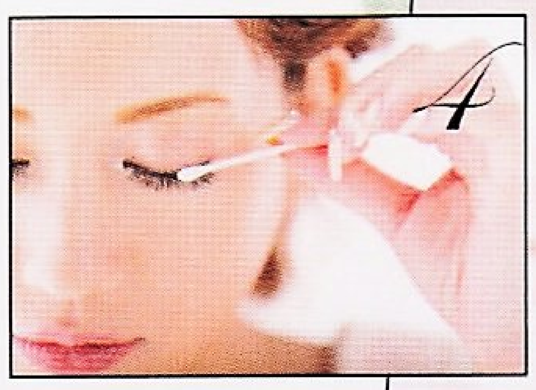
優しく肌にすべらせるよ♪

肌にじんわりなじむのを感じながら、ゆっくりとすべらせていく★　大きめコットン1枚で顔半分くらいがベスト。



まゆマスカラにはしみ込ませて😸

新しくしみ込ませたコットンをまゆげにあてて少し時間をおいたら、数回なでてふきとる♥　片まゆで1枚使うよ！



アイラインは綿棒でオフ！

ミセラー水を綿棒の先端にしみ込ませまつげの根元にあてて優しくこする♪　WPのアイラインもオフできる😸



マスカラにもなじませるよ！

コットンをあててまつげにしみ込ませたら、毛先に向かってスルッとオフ♪　まつエクにも同様に使ってOK！



最後に全体になじませて♥

目のキワや生え際など細かい部分は小さく折ったコットンでふき取る😸　乾燥が気になる場合はクリームをオン。

加賀美早紀

専属モデル（29歳／東京都）独身・子供なし

肌荒れを感じなくなって使い始めてから調子がイイ♥

ノースリワンピース¥7,852／Chedel

本格的に冬が始まる前にクレンジングを見直そう♥

毎日パックしたり贅沢なクリームを塗ったりしても、どうしても乾燥が進むこの季節★　保湿アイテムを変えるのも手だけど、ここはひとつ、クレンジングを変えてみるのはいかが？

とは言えお姉さん世代にクレンジング難民が多いのも事実。オイルクレンジングで乾燥が進み、ミルクやクリームタイプに変えたらヌメリやメイク残りが気になり、水クレンジングを始めたら今度は乾燥で肌がパリパリ…。結局オイルに戻ったところで、スキンケアで保湿するにも限界が近いよね💧

そんなお姉さんにオススメなのが、ふき取るだけでメイク落としと保湿が叶うミセラー水！　コットンに含ませて優しくクレンジングすれば、汚れと引き換えに美容液のような深い潤いを与えてくれるよ✧。ミセルという洗浄成分が汚れを吸着して包み込み、さらに閉じ込める構造なのでふき取った汚れが肌に残る心配なし！　きちんと保湿成分が肌の奥まで届くので、ふき取ったあとの肌はしっとりモチモチ😸　この1本でクレンジングの他に洗顔、化粧水の役割を果たすので、最後にクリームでフタをすれば毎日のスキンケアが瞬時に終了！　子育てで自分の時間が取れないママにも、仕事で忙しいお姉さんにもぴったり♥

植物由来成分をたっぷり含むため、独特な香りはあるけど、使い続けるうちに美肌になっていく感覚にワクワク♪　高い保湿クリームを使わなくなる日がくるかも✧

乾燥や季節の変わり目で肌がゆらぐこの時期は、クレンジングを

ミセラー水でクレつっぱ

ふきとるだけで
肌の奥まで潤いが満ちる♥



乾燥肌用♥

User's Voice!

乳液を塗らなくても
翌朝まで肌モチモチ

忙しくてメイクを落とさずに寝ることがほとんど。帰宅後にダラダラしながら落とせるので、つい寝ちゃっても安心♥　翌朝まで続く保湿力に感動しました✧

こんなお姉さんは使いどき♥

- ♥メイクを落とさずに寝ちゃうことが多い！
- ♥クレンジングを変えても乾燥が止まらない！
- ♥子供に時間を取られて
ゆっくりスキンケアする時間がない！
- ♥まつエクだからクレンジングに気を遣う。
- ♥とはいえ水クレンジングって乾燥するよね。



1本で！
洗顔・クレンジング・化粧水の3役こなすミセラー水なら…

①ふきとるほど美肌に！
②植物由来成分だから肌に優しい
③スキンケアがシンプルになるから
時短になる！
④コスパも最高♥

しかも、朝はふき取り洗顔としても使えるよ　皮脂や汚れをしっかりオフしながらも保湿力はそのままキープ♪　肌質に合わせて3種類あるので、自分に合ったものを試してね

肌質に合わせてね♥

混合肌用♥　敏感肌用♥



この2つはオーガニック認定商品!!

特別な技術によって加熱や成分の分解をしていないので、植物のピュアな効果をそのまま配合　これによって抽出された成分はフランスでオーガニック認証のエコサートを取得✧

（右）敏感肌用。刺激や赤みを抑える効果があり、生理前で肌が敏感なときにもオススメ♥　ローザカルム ミセラー¥2,400。（左）オールスキン（混合肌）用。お肌の水分と油分のバランスを整えながら保湿してくれる✧　ピュレテ ミセラー¥2,400。

乾燥肌用。クレンジングウォーターにありがちなつっぱり感はなく、肌に潤いが残る♥　アージェンス ミセラー¥2,400。

さらに！
ミセラー水のあとはエクスキーズオイルで保湿するのがオススメ♥

オーガニック植物成分が贅沢に配合されたマルチオイル♥　さらりとしたテクスチャーでオイル特有のベタつき感がなく、ハリや弾力のある肌に導いてくれる✧

マルチオイルなので
使い勝手抜群！

- ♥タオルドライ後の髪に
- ♥蒸しタオル美容にも
- ♥洗顔後のブースターとして
- ♥全身マッサージのときに
- ♥手指や爪にも



User's Voice!

洗顔後のブースター
として愛用中です

ブースターとして使ってみたら、次に使う美白美容液がぐんぐん入っていく！　水分キープ力が高まり、肌が柔らかくなるのを実感✧





かっちり見せつつ色気も
忘れないONスタイル

華やかさとオトナの気品を
兼ね備えたフェロモンワンピ

コート＜40071-P＞¥6,900、ワンピース＜30153-P＞¥4,900／ともにPuzzle　ブーツ¥11,800／FLAG-J渋谷109店　その他／スタイリスト私物

ペプラムワンピース＜30139-P＞¥3,900／Puzzle　タイツ¥1,800／フランティカ(福助)　パンプス¥8,500／R&E　その他／スタイリスト私物

Puzzleでつくる

お仕事用の服も夜遊び用の服も、どっちもプチプラで手に入る!!

昼と夜

昼はバリバリ仕事して、夜は女友達と遊ぶ！
そんな欲張りなお姉さん世代に
オススメしたいブランドが「Puzzle」。
昼にも夜にも対応できるお洋服がプチプラで買える✧
質が良くて安っぽく見えないのも嬉しい♥

PHOTO_Mamoru Morikawa STYLING_Mizuki Nakano
HAIR&MAKE_Sam(Addict Case) EDIT&TEXT_Marika Koizumi

Puzzle
楽天市場出店中! 楽天 ICHIBA http://www.rakuten.ne.jp/gold/pinkish-pine/
TEL 03-5770-8331
ポンパレモール
"http://store.ponparemall.com/pro/pinkish-pine/

Part 1

人気6大ブランド別 アウター王道着こなし♡

アウターの中、何着る? 着こなし40体一気見せ!!

毎年同じ着方、してない?
今年らしいオシャレ感を出す技をたっぷりお届け!

冬アウター、もう買い揃えた? 中に着る服との組み合わせって結構難しいよね…💧
今季大流行のニットやスウェットトップスと、トレンドアウターを上手に組み合わせる技をご紹介。これから新たに買う人も、買い足す人も、アウター選びの参考にしてね♡

PHOTO_Toru Haneda(biswa.)[MODEL], Shinji Fujiwara[P42-43ITEM]
STYLING_Yoko Tsutsui(PEACE MONKEY) **HAIR&MAKE**_SAM(Addict Case)
MODEL_Sayaka Araki, Saki Kagami, Keiko, Rina Sakurai, Kanae Sugiyama, Sayo Hayakawa
EDIT&TEXT_Haruka Noda

DURAS

カジュアルなのに女らしさも漂う＝肩ひじ張らずオシャレに見せられる、いいとこ取りができちゃうのが"デュラス"の魅力。白アイテムでコーデを軽やかに仕上げるのが今季らしさの特徴。



モノトーンの中に効かせた
イエローがコーデの鮮度を上げる

ムダを省いたシンプルな着こなしには一癖ある小物をチョイス。ブルゾン¥15,800、ハイネックニット¥4,900、スキニーパンツ¥7,900、クラッチバッグ¥4,900、ニット帽¥2,500、ピアス¥2,500、ブーティー¥11,800／すべてDURAS



スウェットのやわらかさが
アウターの重さを消してくれる

ニーハイブーツを合わせてエレガントさをプラス。チェックコート¥15,800、スウェットワンピース¥7,900、ハット¥5,900、ピアス¥2,500、ニーハイブーツ¥25,800／すべてDURAS

Delyle NOIR

ガーリーの中にセクシーさも魅せられるのが"デイライルノアール"のミニ丈スタイル。
Aラインを強調した女性らしいアウターには品のあるタイトなミニスカをインして。



華のあるフェミニンワンピは
白アウターで優しく包んで

オフホワイトでまとめたコーデならレオパード柄が映える。フレアコート¥13,500、切り替えワンピース¥7,250、ハット(参考商品)、パンプス¥12,500／すべてDelyle NOIR 渋谷109店 20デニールタイツ¥1,000(3P)／チュチュアンナ



ガーリーなリボンが
黒を上品で愛らしい
色に変換してくれる

深みのある黒が印象的なコートは淡い色のブーツとバッグで優しい色合わせに。リボンコート¥18,000、バッグ[ショルダー付き]¥8,000、ニーハイブーツ¥19,000／すべてDelyle NOIR 渋谷109店 ピアス¥1,800／Grandedge渋谷109店



旬のチェックコートでドレッシーなワンピに辛さをトッピング

重量感のあるアウターだから足元はミニマムにまとめて。チェックコート¥22,800、ワンピース¥8,900、ボストンバッグ¥7,900、パンプス¥10,800／すべてROYAL PARTY　20デニールタイツ¥1,000（3P）／チュチュアンナ



今季顔のチェスターをレースのトップスでイイ女アイテムにシフト

ハイウエストのデニムがコーデのポイントに。チェスターコート¥12,800、レーストップス¥5,900、ハイウエストデニムパンツ¥5,900、バッグ¥6,900、多連パールネックレス¥2,500、パンプス¥9,800／すべてROYAL PARTY

ROYAL PARTY

一つひとつのアイテムの存在感が強い“ロイヤルパーティー”の服ならオーラの漂うイイ女に。ベーシックカラーで作るコーデなのに華やかに見せられるのもこのブランドの魅力。



スポーティーなダウンにはボディーラインの出るワンピで色気を

ヌーディーなニットワンピが女らしさをさりげなく演出してくれる。ダウンコート¥13,500、ニットワンピース¥7,000、バッグ¥9,750／すべてrienda（バロックジャパンリミテッド）　20デニールタイツ¥1,000（3P）／チュチュアンナ

rienda

色っぽくなれる服代表“リエンダ”。存在感の強いアイテムを1点投入したら他は落ち着かせてキレイにまとめるのが姉的リエンダの着こなし。ギャルじゃない大人セクシーが完成。



ダッフルの知的さをミニスカで中和してセクシー度を上げる

ダークカラーでまとめたスタイルには素足が好相性。ダッフルコート¥15,000、ニットトップス¥4,750、チェックショートパンツ¥7,000、ブーティー¥12,500／すべてrienda（バロックジャパンリミテッド）　めがね／スタイリスト私物

EGOIST

ラフでシンプル、なのにオシャレに見えるのは
柄アイテムをうまく取り入れることと"エゴイスト"
の綺麗シルエットの服だから。アクセで飾らず
小物使いでコーデを彩るのが今っぽい。



ボーダーとブルーデニムの
爽やかさがコーデを一新

堅い印象のチェスターをボーダーで緩和。チェスターコート¥12,800、ボーダートップス¥4,700、デニムパンツ¥9,000、クラッチバッグ¥3,800、ニット帽¥1,900、パールチョーカー¥1,900／すべてEGOIST ルミネエスト新宿店　パンプス¥6,900／R&E



全体のゆるカジ感を
トラッドなチェックが
引き締めてくれる

トレンドのシャギーチェックはオーバーサイズアウターで差をつけて。チェック切り替えコート¥17,800、スエットワンピース¥7,600、ストール¥3,900／すべてEGOIST ルミネエスト新宿店　スリッポン¥5,900／ESPERANZA ルミネエスト新宿店

RODEO CROWNS

手抜きに見えがちなスポーティーカジュアルをワン
ランク上のオシャレスタイルに仕立ててくれる"ロ
デオクラウンズ"。ロゴ使いや襟袖のさりげないデ
ザインがトレンド感を醸し出してくれるよ。



ボーイズ感たっぷりの
アウターには生足露出で
女をトッピング

ミニ丈ワンピだってスウェットパーカーならいやらしくなく、アウターとなじむ。ALPHAコラボミリタリージャケット¥26,800、VISIONコラボパーカーワンピース¥7,300／ともにRODEO CROWNS（The SHEL'TTER TOKYO）



デニムonデニムも
ゆる×タイトのセット
なら着こなしやすい

ボアのやさしさが好感度アップ。LEEコラボボアGジャン¥19,800、ナンバーTシャツ¥4,500、デニムパンツ¥9,800、ニットクラッチバッグ¥4,800、ニット帽¥2,500／すべてRODEO CROWNS（The SHEL'TTER TOKYO）　パンプス¥6,900／ESPERANZA ルミネエスト新宿店

またそれ着てる、って思わせない！アウター見違え着まわし術♡

□ チェスターコート

もっともシンプルで大人っぽいのがコレ。何にでも合うけど、合わせるコーデ次第では地味になりがちなアイテム。首元にボリュームを持たせたりポイントになるアイテムを投入したりしてスパイスを♡

コレを着まわし



[A] グレーチェスターコート¥14,800／DURAS



パーカーをインするだけでチェスターがカジュアル顔に変身してくれる

⊖アウター［Aと同じ］ パーカー¥3,703／スピンズ　Tシャツ¥2,900／セシルマクビー ルミネエスト新宿店　デニムパンツ¥12,800／RODEO CROWNS（The SHEL'TTER TOKYO）　ニット帽¥2,900／one spo　パンプス¥5,547／vonBraun



遊びのある小物が正統派な大人シンプルコーデをかわいく変換

⊕アウター［Aと同じ］ ハイネックワンピース¥9,500／EGOIST ルミネエスト新宿店　ファークラッチバッグ¥1,850／スピンズ　ハット¥3,132／WEGO　ソックス付きエナメルパンプス¥8,900／R&E



サラリとした白トップスがモノトーンコーデを明るく見せる

⊖アウター［Aと同じ］ ハイネックニット¥2,777／スピンズ　テーパードパンツ¥8,500／EGOIST ルミネエスト新宿店　バッグ¥2,777、パンプス¥1,944／ともにGRL　ビジューピアス¥2,900／ROYAL PARTY サングラス／スタイリスト私物

□ ダッフルコート

今季になって人気再沸騰。一歩間違えると学生っぽくなっちゃうダッフルは、中をタイトにまとめると大人らしく高級感のあるスタイルに。細身デザインのものを選ぶのも垢抜けて見せるポイント。

コレを着まわし



[B] ダッフルコート¥17,000／Delyle NOIR 渋谷109店

ハットをプラスして甘辛MIXスタイルに

⊕アウター［Bと同じ］ ニット¥1,850／スピンズ　プリントショートパンツ¥6,900／ROYAL PARTY　ハット¥2,777／スピンズ　20デニールタイツ¥1,000（3P）／チュチュアンナ　スエードブーティー¥12,500／rienda（バロックジャパンリミテッド）



フェミニンなスタイルをダッフルで包んでセクシーさを中和

⊖アウター［Bと同じ］ チェックワンピース¥2,769／ECURY　fifth（CODE SHARE）　ショルダーバッグ¥6,900／ジョワナリエ ルミネエスト新宿店　パールネックレス¥990／スピンズ　ニーハイブーツ¥25,800／DURAS





ローヒールのニーハイにシフトするだけでこなれ感がアップ

⊖アウター［Bと同じ］ ケーブルニット¥3,900／one way glamorous　タックタイトスカート¥5,547／RESEXXY 渋谷109店　チェーンショルダーバッグ¥2,769／GALSTAR　ニーハイブーツ¥13,800／ESPERANZA ルミネエスト新宿店　サングラス／スタイリスト私物



ストライプパンツがダッフルのこってり感をピリッと引き締める

⊖アウター［Bと同じ］ タートルニット¥8,900／DURAS　ストライプパンツ¥8,315／RESEXXY 渋谷109店　バッグ［ショルダー付き］¥5,900／ジョワナリエ ルミネエスト新宿店　ポインテッドパンプス¥5,547／vonBraun　パールイヤリング／スタイリスト私物

ダウンコート

寒い日に頼るのはやっぱりダウンでしょ！カジュアル感の強いアイテムだけどウエストが細身になっているロング丈を選べばスタイリッシュ♡　キレイめシューズを合わせてレディな印象にシフトして。



差し色ビビッドピンクは全身を一気に豪華に見せる瞬発材

←アウター［Cと同じ］　トップス¥1,850／WEGO　タックパンツ¥9,000／EGOIST ルミネエスト新宿店　バッグ¥2,777／GRL　タッセルパンプス¥12,000／rienda（バロックジャパンリミテッド）　パールイヤリング／スタイリスト私物



モスグリーンの品格がブラックコーデに奥行きを出してくれる

←アウター［Cと同じ］　タートルニット¥1,900／INGNI　ショートパンツ¥5,750／Delyle NOIR 渋谷109店　クラッチバッグ［チェーン付き］¥1,296／GRL　ニーハイブーツ¥10,800／REZOY



ソックス×オックスフォードがダウンをハンサム顔に見せる

→アウター［Cと同じ］　スウェットトップス¥1,850／スピンズ　チェックスカート¥2,900／WEGO　オックスフォードパンプス¥7,900／REZOY　めがね、ソックス／ともにスタイリスト私物



コレを着まわし

［C］ダウンコート¥7,500／INGNI

ファーコート

他のアウターとは違ってこれひとつ着るだけで印象がガラッと華やかに♡　中に着る服まで飾るとゴージャスすぎちゃうからシンプルを心がけて。パンツと合わせてカジュアルダウンさせるのも◎。

コレを着まわし



［D］ファーコート¥35,000／rienda（バロックジャパンリミテッド）



ドレッシーな王道着こなしは足元をタイトにまとめて可憐に

←アウター［Dと同じ］　ショルダーリボンワンピース¥9,800、パール付きパンプス¥10,800／ともにROYAL PARTY2連パールネックレス¥925／スピンズ　20デニールタイツ¥1,000（3P）／チュチュアンナ　20デニールタイツ¥1,000（3P）／チュチュアンナ



やんちゃなボーイズスタイルを大人顔に見せてくれる意外な溶け合わせ

→アウター［Dと同じ］　ボーダーTシャツ¥5,500／DURAS　デニムショートパンツ¥7,800／FIG&VIPER　リュック¥6,900／ジョワナリエ ルミネエスト新宿店　オックスフォードシューズ¥6,900／R&E　ソックス¥1,000（3P）／チュチュアンナ



デニムを投入するだけで派手なファーもなじみやく

←アウター［Dと同じ］　パール付きカットソー¥4,900／Luxe Rose　ルーズデニムパンツ¥16,650／Regalect（アストニッシュコーポレーション）　チェーンバッグ¥9,500／rienda（バロックジャパンリミテッド）　ストラップパンプス¥7,300／R&E　パールイヤリング¥463／スピンズ



全身スリムにまとめたパンツスタイルはファーを纏えばよそ行きに昇格

↑アウター［Dと同じ］　ハイネックニット¥2,900／RASVOA 渋谷109店　ハイウエストスキニーパンツ¥9,500／rienda（バロックジャパンリミテッド）　ハット（参考商品）／Delyle NOIR 渋谷109店　パール付きパンプス¥10,800／ROYAL PARTY

カジュアルに着る日見本帳♡ Part 3



飾りのない白アウターなら
甘さひかえめスマートに

裾から出たシャツがトラッド感を今っぽくアップデート。Aラインコート¥12,000／セシルマクビー ルミネエスト新宿店　シャツレイヤードニット¥3,500／INGNI　スカート¥5,900／DaTuRa 渋谷109店　クラッチバッグ［チェーン付き］¥1,296／GRL　ニーハイブーツ¥10,800／REZOY



ほんの小さなビジューボタンが
黒を華やかに見せてくれる

ガーリーなAラインコートは黒を選んで甘すぎ防止。ノーカラーコート¥13,800／DaTuRa 渋谷109店　ショルダーバッグ¥2,406／スピンズ　ビジューピアス¥2,500／DURAS　ニーハイブーツ¥19,000／Delyle NOIR 渋谷109店



ライトカラーでまとめて
触れたくなる女に

白on白も今季の冬らしい組み合わせ。ファーコート¥16,800／DURAS　プリントワンピース¥8,900／ROYAL PARTY　パールピアス¥463／スピンズ　20デニールタイツ¥1,000（3P）／チュチュアンナ



女の子しか着られないツイードは
アウターひとつで甘さ100倍

袖のレースが程よく抜け感を出してくれる。ノーカラーツイードコート¥8,315、ワンピース¥6,463、ビジューピアス¥1,843、胸元に付けたブローチ¥1,833／すべてChedel　20デニールタイツ¥1,000（3P）／チュチュアンナ




袖のボリュームファーが
コーデのアクセントに

甘いシルエットのアウターならデニムもラフすぎない。コクーンコート¥22,000／LADYMADE　ハイネックレースTシャツ¥1,850／WEGO　デニムパンツ¥1,646／GALSTAR　ネックレス¥3,900／ROYAL PARTY　パンプス¥6,900／ESPERANZA ルミネエスト新宿店



ダウンコートもツイードなら
女らしくかわいいスタイルに

中にカラーアイテムを差し込んでメリハリを。ミックスツイードコート¥14,806、カットソー¥5,547／ともにRESEXXY渋谷109店　スカート¥4,900／セシルマクビー ルミネエスト新宿店　20デニールタイツ¥1,000（3P）／チュチュアンナ




type Lady

ブラックやオフホワイトは甘い雰囲気を出すのに手っ取り早い色。襟袖のデザインが凝っていたりファーがついていたりするのものを選ぶとレディースタイルにシフトしやすいよ。

ミニマムスタイルを
よりガーリーに見せる
ならショート丈が◎

ファーコートもショートにするだけでかわいらしさがアップ。ノーカラーファーコート¥29,000、ハイウエストショートパンツ¥7,000／ともにrienda（バロックジャパンリミテッド）　ハイネックニット¥1,850／WEGO　ハット¥2,777／スピンズ　20デニールタイツ¥1,000（3P）／チュチュアンナ

レディに着る日 アウター選び



type
Casual

ごく定番でシンプルなものこそカジュアル
スタイルに使いやすい。今季登場した
スーパーロングのチェスターやオーバーサイズの
ダッフルなら1枚でトレンドもおさえられるよ。

スーパーロングの重鎮感は ラフなアイテムで一掃して

ピンヒールのパンプスで色気をプラス。スーパーロングコート¥17,800／EGOIST ルミネエスト新宿店　プリントパーカー¥1,666／GRL　インディゴデニムパンツ¥7,500／RASVOA 渋谷109店　クラッチバッグ¥3,300／Grandedge 渋谷109店 パンプス¥6,900／R&E



オーバーサイズのダッフルは メンズライクに仕立ててくれる

アウターの存在が重めな分、バッグはクラッチで軽やかに。ダッフルコート¥12,900、ファークラッチバッグ［ショルダー付き］¥4,500／ともにone way　ミックスニットスヌード¥3,800／EGOIST ルミネエスト新宿店　サイドゴアブーツ¥2,037／GRL



ラフなロゴスウェットがタータン チェックの甘さをおさえてくれる

甘くも辛くも見せられるグリーンのチェックはトレンド感もばっちり。チェックコート¥15,800／MIIA　ロゴプリントスウェット¥1,388／GRL　ハイウエストスカート¥9,000／rienda（バロックジャパンリミテッド）　ニット帽¥1,202／GALSTAR　ソックス付きパンプス¥8,900／R&E



たっぷりとしたシルエットが タイトなインナーとキレイにMIX

難しそうに見えて着まわし力抜群。どんなアイテムもカジュアルダウンさせてくれる。ロングスタジャン¥8,900／TORTE　ボーダーワンピース¥5,750／rienda（バロックジャパンリミテッド）　ベレー帽¥1,850／スピンズ



カチッとしたPコートなら 大人カジュアルも簡単！

深みのあるキャメルなら品格もアリ。キャメルPコート¥15,800／RODEO CROWNS（The SHEL'TTER TOKYO）　Vネックニット¥2,900／スピンズ　ストライプテーパードパンツ¥4,900／one way　バッグ［ショルダー付き］¥3,900／INGNI



ロックなアウターもスキニーと パンプスで女アイテムに昇格

ライダースジャケット¥14,800／GHOST OF HARLEM 渋谷店　カットソー¥4,900／Delyle NOIR 渋谷109店　スキニーデニムパンツ¥9,000／EGOISTルミネエスト新宿店　スヌード¥2,406／GALSTAR　パンプス¥3,047／ECURY（CODE SHARE）　イヤリング／スタイリスト私物



ダッフルのトレンド感と ムートンのゴージャス感Wの贅沢

カジュアルでありながら豪華さも出してくれるからおしゃれにキマる。フェイクムートンダッフルコート¥22,800／GHOST OF HARLEM 渋谷店　ロゴトップス¥7,500／RASVOA 渋谷109店　スキニーパンツ¥7,900／DURAS

世界が認めたマツエクの魅力で
あなたの印象をより美しく。

private salon
DOT1101
produced by Sayaka Araki



タレント、モデルなどのまつげエクステ上級者御用達。
まつ毛エクステサロン DOT1101
http://www.dot1101.jp/ DOT1101 検索

遂に世界へ。台湾店OPEN
世界各国展開予定!!

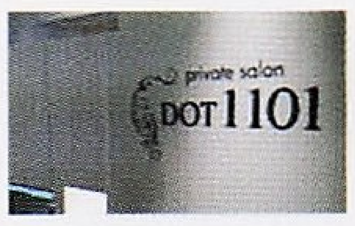
全21店舗 展開中



関東エリア



東京渋谷店 ×Lino by Arc en ciel
東京都渋谷区宇田川町２８－３
渋谷モーリスビル 9F
TEL.03-6415-7272



東京銀座店
東京都中央区銀座３－３－７
STB9BLDG 8F
TEL.03-5579-9112



東京勝どき店
東京都中央区勝どき 6-3-2
TEL.03-6761-3006



東京新宿店
東京都新宿区歌舞伎町 1-15-12
大河原ビル 2F
TEL.03-6380-2772



麻布十番店
東京都港区麻布麻布十番
1-7-11 深瀬ビル 3F
TEL.03-6804-5513



柏店
千葉県柏市柏 1-1-11 1 階 7 号室
TEL.04-7192-6363



南浦和店
埼玉県さいたま市南区南浦和
2-36-16 田中ビル 3F
TEL.048-884-7788

中部エリア



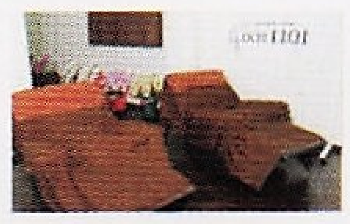
新潟店
新潟県新潟市中央区西堀通７-１５５４
日生第５ビル２F
TEL.025-222-8070



名古屋錦店
愛知県名古屋市中区錦 3-15-31
モリヤス錦ビル 7F 西側
TEL.052-955-5002



浜松店
静岡県浜松市中区千歳町 90
加茂江ビル 2F
TEL.053-457-8668



静岡店
静岡市葵区紺屋町６-６
ミツヒサ紺屋町ビル７F
TEL.054-272-3535

北海道エリア



札幌店
札幌市中央区南２条西４丁目 10-1
ラージカントリービル 8F
TEL.011-251-6886

中国エリア



広島店
広島県広島市中区三川町６－１３
遠藤ビル２F
TEL.082-569-6631

四国エリア



高知店
高知県高知市帯屋町１-１０-１８
イチヤ帯屋町店２F
TEL.088-823-0552

九州エリア



福岡天神店
福岡市中央区天神２丁目 5-17
プラッツ天神 401
TEL.092-771-7188



北九州小倉店 ×Lino by Arc en ciel
福岡県北九州市魚町 1-6-4
ヒット小倉駅前ビル 3F
TEL.093-512-7171



熊本シャワー通り店
熊本県熊本市新市街 13-11
永野ビル３F
TEL.096-352-7667



宮崎店
宮崎県宮崎市柳丸町 153-1
パティオ柳丸Ｂ棟 2-6
TEL.0985-55-0505



鹿児島店
鹿児島県鹿児島市
東千石町 18-4 Peace BLD 4F
TEL.099-295-3022



沖縄久茂地店
沖縄県那覇市牧志 1-12-1
屋比久ビル 3F
TEL.098-863-7477

海外エリア



台湾店
10691 台北市忠孝東路
4段59號6樓之6
TEL.+886-2-2741-6526

「姉 ageha を見て」の予約特典として
荒木さやかプロデュースのカラコン
“アイラッキーカラー”プレゼント!
※ご予約の際には、予約センターまで連絡をお願いします。 **TEL.03-6767-1101**

メールでご予約の場合は、本文中に「姉 ageha を見て」と明記の上、
希望予約日時、お名前、連絡先を入れてください。＜ご予約用メールアドレス＞ **info@dot1101.jp**



彼とペアニットを着てデートしたい♥

彼氏と2人で着る ダーリンニット

ゆるっと着られるダーリンニットだからこそ、
彼とのペアルックが楽しめるお得アイテム♥

モデル・俳優（24歳／東京都）
独身・子供なし
渡部拓哉さん

専属モデル（31歳／東京都）
独身・子供なし
桜井莉菜

彼といつも以上に仲良くなれる魔法のダーリンペアニット♥

カジュアルなデザインのダッフルコートなら、彼とお揃いで着られる。(右)ダーリンダッフルコート¥12,000、ワンピース¥6,500、バッグ¥9,500、ニーハイブーツ¥9,200／すべてDaTuRa渋谷109店　(左)ダーリンダッフルコート¥12,000／DaTuRa渋谷109店　その他／すべてモデル私物

デートや女子会、夜遊びにも♥

DaTuRaの ニットをペアで着たい！

この冬、DaTuRa のニットをお揃いで着るのがブーム♥　友達と双子コーデにするのはもちろん、ざっくり着られるダーリンニットだったら彼氏とお揃いで着ることも可能✨　並んで歩くだけで盛れるお得なコーデなんです😊

PHOTO_Junji Moroi(ROOSTER) STYLING_Mizuki Nakano HAIR&MAKE_Jungen Iwamoto EDIT&TEXT_Marika Koizumi THANKS_STUDIO EASE

オソロで着るダチュラーが急増中!

DaTuRaの双子コーデ現象!!

近頃、DaTuRa のアイテムをお揃いで着てるダチュラーが急増中!
オソロで着るとかわいさ 3 割増✧



ずるっと肩を落として着ると勝手にフェロモンが出ちゃう♥

もこもこニットは着まわし力抜群なので、1 着持ってて損はナシ✧ 着ぶくれしないサイズ感も◎。LOVE シャギーニットトップス¥5,900、ワンピース¥6,500／ともに DaTuRa 渋谷 109 店

後ろ姿までかわいいニットは一度見たら忘れられない✧

ニットがシンプルなぶん、ワンピはハデめなものを選んでバランスよく♥ タイトなワンピがオススメ。LOVE シャギーニットトップス¥5,900、ワンピース¥6,500／ともに DaTuRa 渋谷 109 店



人を引き寄せる力を持つブラックで悪女を演じて

ガラッと雰囲気が変わるブラックバージョン。オトナっぽく着こなしたい方にオススメ♥ 切り替えローズワンピース¥7,900、巻きベルト¥3,900／ともに DaTuRa 渋谷 109 店

冬でもフェロモンを感じるタイトなオフショルワンピ

シンプルに着こなしたいならホワイトがオススメ。サラッとしたフェロモンをお届けします✧ 切り替えローズワンピース¥7,900、巻きベルト¥3,900／ともに DaTuRa 渋谷 109 店

Twins Coordinate



オフショル、リブそでの、ダーリンニットは誰もが盛れる3大要素✧

そでとすそがリブ加工になってることで、メリハリをつけてくれるよ。お尻まで隠れる長めの丈だから、ショーパンやミニ丈ボトムとの相性が抜群！ ビジュー付きダーリンニットトップス¥9,800、ショートパンツ¥5,500／ともにDaTuRa渋谷109店

ルーズなニット×ショーパンはDaTuRaの鉄板コーデ♥

キラキラのビジュー付きで華やかさをプラスできる新作のダーリンニット♥ ボトムはコンパクトにスタイリングするのが、バランスアップの鉄則です☺ ビジュー付きダーリンニットトップス¥9,800、ショートパンツ¥5,500／ともにDaTuRa渋谷109店

専属モデル（29歳／東京都）
独身・子供なし
杉山佳那恵



こんなにキラキラの腕時計、
他にないよね♥

DaTuRaの時計人気が急上昇中!

アクセ代わりに使えるくらい、キラキラでかわいい
DaTuRa の時計✧ コーデの主役にもなっちゃう♥

大きなハートのビジューが目を引くバブリーなキラキラウォッチ

そでからチラッと見える時計の存在感に、思わず見とれちゃう✧
時計¥15,000、ダーリンフードニットコート¥14,800／ともにDaTuRa渋谷 109 店

全色買いしたくなるほどベルトのカラーも完璧✧

文字盤の周りがデコってあるゴージャスなデザイン✧ ピンクのベルトは今回初登場♥ 気になる方は早めに GET することをオススメします♥
時計各¥15,000／ DaTuRa 渋谷 109 店

イイ女になるためのヒントがいっぱい!
DaTuRa クリエイティブディレクター
小松玲奈さんのブログをチェック!


全国のage嬢のみなさま、お待たせいたしました。
突然の休刊より約半年…ついに
小悪魔
ageha
メモリアルBook♥
8年分のagehaの人気企画をギュッと凝縮！
そしてブームを巻き起こしたモデルたちの現在の姿にも迫る、
最初で最後の記念号です♥
2014年12月24日
発売決定!!
お近くの書店&コンビニか、ネット書店からお買い求めください♥
発行／ダナリーデラックス株式会社　発売／株式会社主婦の友社
㊋メディアス株式会社　☎03-6265-8581

LOUIS VUITTON

10数年前、街を歩けばみんな持ってた定番のシリーズがやっぱりかわいいと人気再沸騰中♡　パッと見てすぐヴィトンだと分かる柄、大人になった今は小ぶりのバッグでさりげなく持つのが上品。



存在感の強いダミエは今この歳だからこそエベヌが似合う

肩掛けにするのはもちろんクラッチ風に持つと今っぽく、こなれて見える。ダミエ フェイボリットPM¥84,000／ルイ・ヴィトン（アメイジングサーカス）　ニットワンピース¥7,000／rienda（バロックジャパンリミテッド）　ハット¥4,900／DURAS



フォーマル感の強いエピは巾着バッグで遊びを出して

カジュアルスタイルにぴったりなノエは今だからこそ持ちたい形。ノエ巾着ショルダーバッグ（ヴィンテージ品）¥36,852／ルイ・ヴィトン（TIMELESS TOKYO）　ワンショルダードレス¥13,000／JEWELS PROM

ヴィトン・シャネル…定番アイテムが今改めてかわいい♥

真冬のハイブランドチェックリスト!!

シーズン限定のデザイン商品もいいけど、やっぱり戻ってくるのはここでした！　定番＝みんなに愛されてこその存在。そして愛される理由があるから♡　みんなが大好きなハイブランドの定番品、改めてご紹介!!

PHOTO_Mamoru Morikawa[MODEL],Masahiro Kita(STUDIO BIRSS)[ITEM] **HAIR&MAKE**_SAM(Addict Case) **STYLING**_Mizuki Nakano **MODEL**_Sayaka Araki **EDIT&TEXT**_Haruka Noda



ポップカラーなのに品があるのはヴィトンだから

女らしさを魅せられる一品。モノグラム・マルチカラー ジッピー・ウォレット¥98,000、モノグラム・マルチカラー ポシェット・コスメティック¥48,000／ともにルイ・ヴィトン（アメイジングサーカス）　ファーコート¥27,769／RESEXXY渋谷109店



シンプルなトートバッグなら王道モノグラムも重く見えない

控えめな小ぶりサイズが新鮮に見える。荷物を詰めすぎず上品に持って。ネヴァーフルPM¥123,000／ルイ・ヴィトン（アメイジングサーカス）　トップス¥6,900／LADYMADE　グローブ¥1,847／TAKARAYA渋谷109店

miumiu

ベーシックな色よりも赤やピンクなどカラーアイテムに支持が集まるMiu Miu。レディ感の強いデザインだけどレザーの上質さがあるから派手色でも子供っぽくならずに持てるよ。



一見シンプル、なのにディテールの凝ったデザインがオシャレ

[左上から時計回り] ヴィットラックス2WAYバッグ¥100,000、カーフスキン2WAYハンドバッグ¥89,630、スタンパコッコ ルクス長財布¥53,704、レザーラウンドファスナー長財布¥64,630、カーフパスケース¥22,963、マテラッセ クラッチ¥78,056／すべてMiu Miu（アメイジングサーカス）

MARC BY MARC JACOBS

カジュアル感の強いこのブランド、アクセは繊細でかわいいと評判に。程よくアクセントになってくれる存在感とスマートさがデイリー使いにぴったり。お手頃価格で集めやすいのも嬉しい♡

一年中つけられるデザインだからプレゼントにも◎

[左下から時計回り] フープピアス¥5,834、ブレスレット¥5,834、ネックレス¥6,297、ブレスレット¥5,834、Wチャームピアス¥5,834／すべてMARC BY MARC JACOBS（アメイジングサーカス）





PRADA

定番のカチッとしたバッグが突然気になり出したら大人の証拠。かしこまった場にも対応してくれるからお姉さん世代に欠かせないアイテムだよ。シルエットの美しさはピカイチ。

気品のある女性に見せてくれる隠れ役者バッグ

流行り廃りのないデザインだからずっと持てるのも魅力。カーフスキン2WAYハンドバッグ¥170,370／PRADA(アメイジングサーカス)

Chloé

定番のアリソン、アリスのバッグは色違いで持つ人も多いくらい、一度持ったら魅力に取りつかれちゃうクロエ。
持つだけでコーデをピリッと引き締めてくれるよ。アクセも密かに人気♡



さりげなくつけられるゴールドアクセが人気

ピンクの色使いがさりげなくてかわいい♡ ［左下から時計回り］ホリー ロゴライン細リング¥6,463、ホリー ロゴラインリング¥6,760、ホリー ピアス¥9,074、ミニグラフィックネックレス¥15,556、ミニグラフィックブレスレット¥12,778／すべてChloé（アメイジングサーカス）



シンプルなブラックですら主役級の存在感

アニマル柄を上品に見せてくれるのはクロエの力。［上から］アリソン トートバッグ¥79,889、アリソン トートバッグ¥90,740、アリス 2WAYハンドバッグ¥109,260／すべてChloé（アメイジングサーカス）

TORY BURCH

ここ数年で大人気のトリーバーチ。今季はデザイン性の高いバッグが多く、ガーリーに持てる
かわいらしいものも登場。他にはないデザインでかわいいと評判のロゴアクセにも注目して♡



遊びのある柄バッグはスモールサイズでさりげなく

デイリーに使えるラフさも惹かれるポイント。［上から］ケリントン トートバッグ¥24,815、クララ 2WAYハンドバッグ¥36,852、ケリントン ショルダーバッグ¥18,334／すべてTORY BURCH（アメイジングサーカス）



トリーバーチの定番ロゴを大胆に身につけて

お値段以上に作りもしっかり。コーデにワンポイント出したいときに大活躍してくれるはず。［左から時計回り］リボンバングル¥12,778、ゴールドバングル¥8,148、シルバー プレートロゴピアス¥4,907、ゴールド ロゴピアス¥4,907／すべてTORY BURCH（アメイジングサーカス）



CHANEL

やっぱり永遠の憧れ、シャネル。新しいラインのものよりも昔からあるチェーンバッグやキャビアスキンが大人気。過去の型を求めてヴィンテージものを探す人も多い程、シャネルの魅力は衰え知らず。

今季はあえて 冬に白をもつのが オシャレ

大胆にロゴの入ったキャビアスキンは白が新鮮。キャビアスキントートバッグ￥238,889／CHANEL（アメイジングサーカス） ジャケット￥9,500／LADYMADE その他／すべてモデル私物

毎日使うものだからこそ 手にとって嬉しいものがいい

断然長財布が人気。使うほどに味が出るからその表情を楽しんでいけるのも素敵。［上から］マトラッセラウンドファスナー長財布￥126,000、エナメル長財布￥90,000／ともにCHANEL（アメイジングサーカス） ラパンマフラー（ヴィンテージ品）￥128,000／CHANEL（TIMELESS TOKYO）





定番の黒はヴィンテージならではの 味わいを一番楽しめる色

大胆にココマークが入ったチェーンバッグは新作では見られないデザイン。［上から］ステッチマトラッセバッグ（ヴィンテージ品）￥198,000、チェーンバッグ（ヴィンテージ品）￥168,000、リザードショルダーバッグ（ヴィンテージ品）￥298,000／すべてCHANEL（TIMELESS TOKYO）

シンプルコーデが流行りの今 ココマークは大胆に主張して

今季はクールなテイストのアクセが登場。［左から時計回り］チャーム付きピアス￥31,297、ココマークネックレス￥37,000、ココマークネックレス￥37,000、ココマークパールピアス￥38,000／すべてCHANEL（アメイジングサーカス）




sugar & Jewels
new collection best 8
「いつも同じ」っておもわれたくない♥
"女っぽさと可愛さ"
両方アピールしちゃいます♥
Pick up a carefully selected winter dress further enliven the season trends.
#02
I snuggle in classical mood
Black-mode
Dress/02
高級ライン★高級志向の方にオススメ♥
フェミニンなブラックツイード大人ワンピ♥
オンでもオフでも着たい♥オフショルでセクシーに♪フリル使いて可愛さを演出♥上品&セクシーを兼ね備えた優秀ドレス♥
Sugar／￥21,800（税抜）
Kanae Sugiyama
#01
Plus a rich sense of fur
Multi-tone
Dress/01
高級ライン★高級志向の方にオススメ♥
デコルテをカラフルビジューが可愛く飾る♥
上品なカラフルツイード&ブラックファーで高級感溢れる大人Lady♪タイトなラインで美シルエットを演出♥
Sugar／￥19,800（税抜）
Araki Sayaka
#05
高級ライン★高級志向の方にオススメ♥
パステルカラーツイードがcute♥
女性らしさ全開のパステルカラーツイードで男心をくすぐる♥美シルエットが女性らしさを醸し出す♥万能ワンピ♥
Sugar／￥17,800（税抜）
#07
ペプラム×ピンクツイード♥
ふんわり甘めなデザインもベルトで上品に♥
ペプラム&ピンクツイードの黄金コンビの鉄板ドレス♥付属のベルトで上品スタイルに♥スカート部分は清楚な白♥
Jewels／￥5,537（税抜）
#06
高級ライン★高級志向の方にオススメ♥
ペプラムで女の子度グッとアップ♥
上品なパールビジューが目を惹くデザイン♥ペプラムでオシャレにスタイルUP♥女の子らしい配色がcuteな1枚♥
Sugar／￥17,000（税抜）
#08
独創的モノトーン美ラインで視線を独占♥
ベルトでスタイルアップ♥
モノトーンの中に斬新なデザイン模様で視線を独占♥付属のベルトで美スタイルを演出♪タイトラインで脚長効果も◎
Jewels／￥5,537（税抜）
#04
Refreshing tweed dress went cute
Check-tweed
Dress/04
爽やかツイードドレスが可愛い♥
鉄板ペプラムで可愛さ急上昇♥
この冬てっぱんの爽やかツイードドレス♥ペプラムで細魅せ効果もバツグン♥付属のベルトで上品さもアップ♥
Jewels／￥5,537（税抜）
Rina Sakurai
#03
Leading role in the black-pink tweed
Black-pink
Dress/03
上品なツイードタイトでcuteな女性らしさを全面に♥
ブラック×ピンクのチェックツイードでこの冬の主役に♥デコルテに散りばめられたパールで上品cuteな1枚♥
Jewels／￥5,537（税抜）
Aki Kagami
sugar
http://www.sugar-net.com/
Jewels
http://www.jewels-net.jp/

姉agehaブランドモールから感謝還元!!

クリプレにも♥

お年玉でも♥

年末直前super SALE

MAX 69% OFF

おかげ様で大好評の姉agehaブランドモールから、ひと足お先に年末直前SALEを実施♪　本物のハイブランドが新品でこのお値段!!　数量に限りがあるので早めにgetしてね♥

PHOTO_Nobuyuki Sasaki[Model],Shinji Fujiwara[Item] HAIR_Anri Mitsuishi EDIT&TEXT_Yu-ka Mizuno



TORY BURCH ネックレス

45% OFF

ロゴが敷き詰められたドッグタグはカジュアルにも使えて便利♪　91.5cmのロングチェーンだからその日の気分で長さを変えれるよ

ブティック通常価格 ¥21,600

姉ageha限定価格 ¥11,800

TORY BURCH リング

48% OFF

存在感のある太めのリングは、トリーバーチの透かし模様になったデザインがおしゃれ✧。 5~7号までサイズ展開してるのでお早めに!

ブティック通常価格 ¥12,960

姉ageha限定価格 ¥6,800

TORY BURCH バングル

45% OFF

ブティック通常価格 ¥21,600

姉ageha限定価格 ¥11,800

リボンモチーフ×トリーバーチロゴのバングルは大人レディな手元を演出♪　デイリー使いにも、ちょっとしたパーティーにもOK!

人気のトリーバーチが激安価格♥

お姉さん好みのゴールドだよ

専属モデル（31歳／東京都）

独身・子供なし

桜井莉菜

TORY BURCH ゴールドピアス

43% OFF

ブティック通常価格 ¥8,424

姉ageha限定価格 ¥4,800

トリーバーチのロゴがかわいいプチピアスは耳元で目立ってかわいい♥　キャッチまで凝ってるからうれしさ二倍だよ

TORY BURCH バングル

52% OFF

ブティック通常価格 ¥14,040

姉ageha限定価格 ¥6,800

細めのプレーンバングルに4つのロゴがアクセントになった大人っぽいデザイン✧。 重ねても1本でシンプルにつけても楽しめる♥

トリーバーチ TORY BURCH

ブティック通常価格 ¥32,400

姉ageha限定価格 ¥16,800

48% OFF

TORY BURCH ロングウォレット

レオパードやダルメシアンのロングウォレットはスパイス小物にバッチリ★　カード入れも8枚あるから収納力もバツグンです

2万円以下で買える♥

ACCESSORIES & WALLET

ハイブランドのアクセサリー&ウォレット

さりげなくつけたいアクセサリーやインパクト抜群のウォレットで、毎日のおしゃれをちょっぴりアップデート♥　2万円以下のハッピープライスだから友達へのプレゼントにも✧。



ケイト スペード KATE SPADE

54% OFF

KATE SPADE ロングウォレット

キュートなリボンモチーフのレザーウォレット♥　使いやすいラウンドファスナーとコンパクトな薄さで持ち歩きやすいと大人気!

ブティック通常価格 ¥32,400

姉ageha限定価格 ¥14,800

フェラガモ FERRAGAMO

59% OFF

FERRAGAMO コインケース



フェラガモの代表的ロゴ、ガンチーニがフロントに入ったハート型コインケース♥　ちょっとしたおでかけ用に持ち歩くのはいかが?

ブティック通常価格 ¥31,320

姉ageha限定価格 ¥12,800

2万円台で買える♥

WALLET & POUCH & BAG

ウォレット&ポーチ&バッグ

クリプレやお年玉で買うにも最適な2万円台のハイブランドアイテム✧ 姉ageha世代にピッタリなブランド&カラバリを用意したよ

フェラガモ FERRAGAMO

62%OFF
ブティック通常価格 ¥71,280
姉ageha限定価格 ¥26,800

FERRAGAMOロングウォレット
ガンチーニロゴ入りのロングウォレットは自分好みに選べるよう5色用意しました

55%OFF
ブティック通常価格 ¥52,920
姉ageha限定価格 ¥23,800

FERRAGAMO ロングウォレット
汚れや指紋がつきにくい型押し加工のカーフスキン。二つ折りはバッグの中でスリムにおさまるよ

60%OFF
ブティック通常価格 ¥66,960
姉ageha限定価格 ¥26,800

FERRAGAMOロングウォレット
二つ折り長財布はコンパクトながらカード入れ6個やオープンポケットで使いやすい♪

トリーバーチ TORY BURCH

58%OFF
ブティック通常価格 ¥71,280
姉ageha限定価格 ¥29,800

TORY BURCH ハンドバッグ
上品レディなクララ ショルダーチェーン付き2wayバッグはミニマムサイズがキュート♥

セリーヌ CELINE

48%OFF
ブティック通常価格 ¥57,240
姉ageha限定価格 ¥29,800

CELINE ラッチポーチ
カラーブロッキングが目を引くクラッチポーチは25㎝×17㎝のビッグサイズだよ★

クロエ CHLOE

60%OFF
ブティック通常価格 ¥74,520
姉ageha限定価格 ¥29,800

CHLOEロングウォレット
クロエの中でも人気が高いリリー。フロントにデザインされたメタルリボンがキュート♥

ジミーチュウ JIMMY CHOO

57%OFF
ブティック通常価格 ¥69,120
姉ageha限定価格 ¥29,800

JIMMY CHOO ロングウォレット
フロントのスネークスキン×ゴールド金具がラグジュアリーなカーフスキンウォレット♪

3万円台で買える♥

POPULARITY WALLET

人気2大ブランドのウォレットを大放出!!

新しい年に向けてねらいたいのはラグジュアリーなウォレット✧ 人気のミュウミュウとプラダで金運もさらにUPしちゃうかも♥

MIU MIU ロングウォレット
大人色のダークレッドとブラックのロングウォレットはラウンドファスナーが使いやすい♥

36%OFF
ブティック通常価格 ¥62,640
姉ageha限定価格 ¥39,800

44%OFF
ブティック通常価格 ¥71,280
姉ageha限定価格 ¥39,800

MIU MIU ロングウォレット
スタッズをあしらったデザインはインパクト大★ カード入れやオープンポケットも充実。

プラダ PRADA

PRADA スタッズウォレット
シルバースタッズデザインがかっこいい長財布。中が赤になっているのもポイント高い!

58%OFF
ブティック通常価格 ¥95,040
姉ageha限定価格 ¥39,800

52%OFF
ブティック通常価格 ¥82,080
姉ageha限定価格 ¥39,800

PRADA ロングウォレット
高級感あふれるカーフスキン♪ エレガントなベージュやブラックで格上げしたい✧

PRADA ロングウォレット
お金の出し入れがしやすいラウンドファスナー。ベーシックなプラダロゴが上品です♥

53%OFF
ブティック通常価格 ¥85,320
姉ageha限定価格 ¥39,800

ミュウ ミュウ MIU MIU

毎日持つものだからこそ、私らしく♥ かわいらしく♥



ヨガインストラクター 真優川咲さん (28歳・東京都) 独身・子供なし

MIU MIU ロングウォレット
ラグジュアリーなクロコ型押しの二つ折り長財布だよ♥ 大人女子にピッタリな上品カラーでお金を出す時も気分が高まりますっ

36%OFF
ブティック通常価格 ¥62,640
姉ageha限定価格 ¥39,800



クロエのリトルアリスバッグは甘さの香るバイカラーにキュン♥

Vivianカラコンプロデューサー 美咲さん（31歳／東京都）独身・子供なし

65% OFF

ブティック通常価格 ¥225,720
姉ageha限定価格 ¥79,800

CHLOE アリスバッグ

ショルダーストラップ付きハンドバッグは丸みのおびたフォルムがクロエらしいデザイン♥ マチがあるから意外と収納力もあるよ

クロエ

CHLOE

4万円台で買える♥

METAL WALLET

MIU MIUのメタルウォレット

上質なレザーにビジューやスタッズでデザインされたロングウォレットが登場！ 持つだけでテンションを上げてくれるパワーアイテムだよ✧

MIU MIUロングウォレット

ラウンドファスナーや充実のポケット収納は財布の中身が多くなりがちな人にオススメ♪



49% OFF

ブティック通常価格 ¥97,200
姉ageha限定価格 ¥49,800

6～10万円で買える♥

HIGH BRAND BAG

ご褒美のハイブランドバッグ

がんばった自分へのご褒美やクリプレにもらいたいハイブランドバッグ♥ エレガントなアイテムからアクセントアイテムまで揃えました

サンローラン パリ

SAINT LAURENT PARIS



SAINT LAURENT PARIS サンローラン パリ

ケイトモス愛用のベイビーダッフル♥ コロンとしたシルエットと華やかカラーに釘付け

34% OFF

ブティック通常価格 ¥149,040
姉ageha限定価格 ¥98,000



54% OFF

ブティック通常価格 ¥152,280
姉ageha限定価格 ¥69,800

クロエ

CHLOE

CHLOEアリソンバッグ

世界中のセレブを夢中にさせているアリソンバッグは収納力バツグンで通勤にもGOOD♪

ジミー チュウ

JIMMY CHOO



54% OFF

ブティック通常価格 ¥171,720
姉ageha限定価格 ¥79,800

JIMMY CHOOスタッズバッグ

スタースタッズは言わずと知れた人気商品 ショルダーバッグはデイリーに使えそう♪

特別福袋

姉agehaブランドモールから

MARC BY MARC JACOBS ネックレス×ブレスレット×ピアス 3点セットでジャスト¥10,000!!

少し早めの特別福袋として3万円相当のアクセサリー3点セットを大放出★ シリーズとカラーでそろえてるから即コーデできるよ



ブラック×ゴールド



ブラック×シルバー



ホワイト×ゴールド

3色の中から選べます!!



69% OFF

ブティック通常価格 ¥32,400
姉ageha限定価格 ¥10,000

どんなファッションにもマッチする華奢なアクセ✧ ブランドのロゴ入りがうれしい♥

Emiri's Private Coordinate♥

ドレススタイルはかわいい雰囲気だったけど、私服のえみりさんはちょっと大人め♡
普段着ているお洋服も紹介しちゃいます。



カッチリ感と女らしさのほどよいバランス。
パールジュエリーニットセットアップPI￥23,800、クリスタルジュエリーロングブーツBK ￥26,800、クロコボヤージュバッグプティBK ￥16,800、ピアス￥3,000／すべてEmiriaWiz



デキるオンナの黒&デニムすっきりスタイル。
ラクーンファージュエリージャケットBK ￥28,500、スキニーデニムIND ￥12,800、ベーシックウィズパンプスBK ￥11,800、ベーシックブランシュバッグBK ￥13,800／すべてEmiriaWiz



華やかさから漂う気品が綺麗めガーリー。
ホルターネックパールドレスPI ￥14,200、グリッタージュエリーストラップパンプスSL ￥21,000／すべてEmiriaWiz

Emiri's Private Photo Album♥

仕事に美容に友情に…いつも元気なえみりちゃんのプライベート写真を公開♡
手描きコメントとともに楽しんでください♪



3号連続企画!!

ブランドプロデューサーで現役キャバ嬢モデル♡　愛沢えみりをお姉さんagehaでクローズアップ♡

Emiri CHANNEL

今回は愛沢えみりさんがプロデュースする「EmiriaWiz」のドレスと、コーデを紹介♪
現役キャバ嬢にしてプロデューサーという、キラキラしたえみりさんらしさ全開に撮影しました。
この冬は「EmiriaWiz」のコーデでクリスマスパーティーをしてみてはいかがでしょうか？

PHOTO_Junji Moroi(ROOSTER) HAIR&MAKE_Satoko Nishida(infinite) EDIT&TEXT_Yoko Hattori THANKS_EASE,SPARA

Dress Style



EmiriaWizオリジナルドレスPI ¥17,800、グリッタージュエリーストラップパンプスSL ¥21,000／ともにEmiriaWiz

Information

EmiriaWizの最新情報✧

クリスマス、年末と胸おどるイベントが目白押しなこの季節♡　EmiriaWizからもわくわくする情報が届いたので、要チェックだよ♪

その①♥ 福袋販売決定♥

12月20日午後12時より販売開始✧　15,000円、35,000円の二種類があるよ♪　内容はお楽しみに♥

その②♥ ノベルティフェア開催中♥
12月22日午後12時より、ノベルティSALE開始!!　購入者全員にジュエリーハンドミラー、25,000円以上お買い上げの方にはジュエリーBOX(小)、55,000円以上お買い上げの方にはジュエリーBOX(大)をプレゼント♡

Party Style♡

イベントが多いこの季節。お姉さん世代のパーティースタイルは、シーンに合わせて着こなしを変えるのがルール✧ 20代のころと同じは痛いし、だけど地味なのは嫌! ちゃんと可愛いアラサーのためのドレス選びをイベント別にお見せします♥

Girls Party 01 ドレスコードを決める♥

みんなでファッションを統一させると、スペシャル感が出る♥ コンセプトを決めるのも楽しいんです😊

DRESS CODE

マキシ丈

落ち着いたマキシドレスは、大人になった今こそ楽しみたい。オシャレ度も高く、品もいい😊



シックなネイビーで大人の余裕を見せつける♪

ゆるく見えがちなマキシはキラキラでリッチ感をプラス

ライター&TOKYO NADESIKO ブロガー（35歳／東京都）既婚・子供なし **水野祐香さん**

主婦&TOKYO NADESIKO ブロガー（34歳／東京都）既婚・子供なし **MERIさん**

ワンピース¥16,000／JEWELS PROM　ピアス¥1,833／RESEXXY渋谷109店　バングル¥2,900／EGOIST ルミネエスト新宿店　バッグ¥22,000／カールドナヒュー（ティアラ ドゥ コフレ）　リング¥1,370／RESEXXY渋谷109店　サンダル¥11,940／SLY（The SHEL'TTER TOKYO）

ワンピース¥25,800、ピアス¥2,500、左中指リング（参考商品）／すべてDURAS　バッグ¥4,500／one way　右手リング各¥1,370／すべてRESEXXY渋谷109店　バングル¥1,800／お世話や　パンプス¥5,462／Dazzy

DRESS CODE

レッド

鮮やかなレッドドレスはクリスマスシーズンに最適です♪ パーティー気分も盛り上がる♥



黒小物でまとめて真っ赤なミニワンピを引き立てて✧

お呼ばれの日はファーとビジューでクラスアップ!

ショーパブ勤務（33歳／東京都）独身・息子1人 **Angelさん**

レーサー（28歳／東京都）独身・子供なし **神子島みかさん**

ワンピース¥5,900／DaTuRa渋谷109店　ネックレス¥2,000／Grandedge渋谷109店　バッグ¥7,750／rienda（バロックジャパンリミテッド）　ブーティー¥8,500／R&E

ワンピース¥14,500／rienda suelta（バロックジャパンリミテッド）　ピアス¥1,900、ブーティー¥11,800／ともにDURAS　バッグ¥5,670／JEWELS PROM　ストッキング¥800／靴下屋（タビオ）

Girls Party 02 インパクト小物でとことん目立つ!

デコラティブな派手小物で、誰にも負けないパーティースタイルに! ビジューやパールで光をそえましょ✧



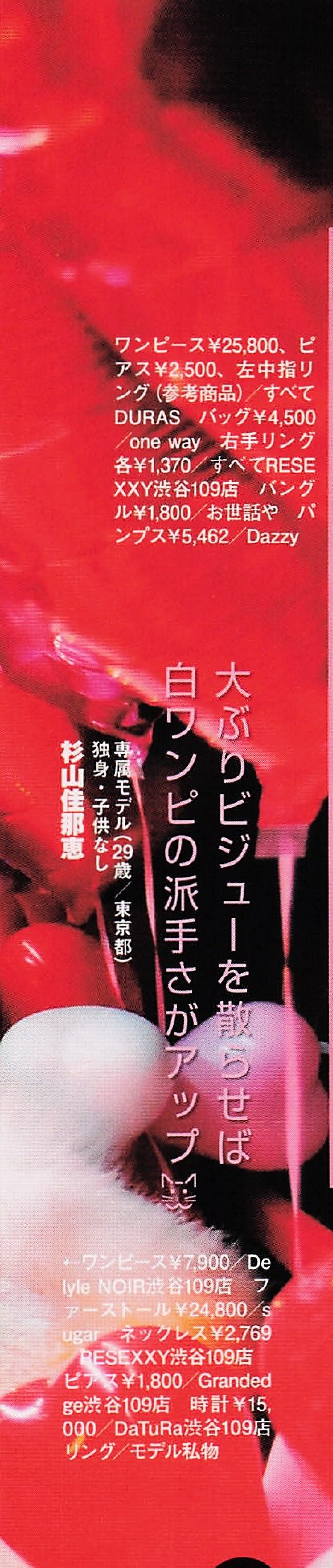
品のあるパールをふんだんに使ったレディーな時計♪

時計¥15,000／DaTuRa渋谷109店



キラキラのヒールで後ろ姿も抜かりなし♪

パンプス¥17,500／DaTuRa渋谷109店



大ぶりビジューを散らせば白ワンピの派手さがアップ🐱

専属モデル（29歳／東京都）独身・子供なし **杉山佳那恵さん**

←ワンピース¥7,900／Delyle NOIR渋谷109店　ファーストール¥24,800／sugar　ネックレス¥2,769／RESEXXY渋谷109店　ピアス¥1,800／Grandedge渋谷109店　時計¥15,000／DaTuRa渋谷109店　リング／モデル私物

Girls Party 03 ヘアとメイクは流行を取り入れる

オンナ同士で集まる女子会はチェックも厳しい! しっかりとトレンドを押さえたヘアメイクが正解です★

MAKE



太めのハネ上げラインと赤リップでトレンド顔に♥

HAIR



ハーフアップ×編み込みは簡単なのにサマになる!

PHOTO_Yusuke Ito(PEACE MONKEY),Shinji Fujiwara[ITEM]
STYLING_Mizuki Nakano
HAIR&MAKE_Cocoro Yusa(PEACE MONKEY)
EDIT&TEXT_Setsuko Chigira

男子禁制のパーティは
思いきりドレスアップ♥

女子会
Girls Party

DRESS CODE
ホワイト
冬にハズせないホワイト♥ クール系でもフェミニン系でもハマるから、みんなで楽しめる!!



ガーリー系の白ワンピはパールとの相性バツグン♥

専属モデル（31歳／東京都）
独身・子供なし
桜井莉菜

専属モデル（29歳／東京都）
独身・子供なし
荒木さやか

オシャレ感をアピれるツイードの切り替えワンピ♪

←ワンピース¥8,315／RESEXXY渋谷109店　ネックレス（参考商品）／DURAS　ピアス¥1,800／Grandedge渋谷109店　パンプス¥8,900／FLAG-J渋谷109店

ワンピース¥6,388／Dazzy　ネックレス¥2,900、ピアス¥1,900／ともにDURAS　3連ブレス¥900／Grandedge渋谷109店　パンプス¥17,500／DaTuRa渋谷109店　リング／モデル私物

リムジンパーティーを
するならココ♥
スターリムジン
3人がプライベートでも、よく利用しているよ！ セレブ気分を味わえるリムジンパーティーは、女子会やバースデーパーティーにオススメ
公式HP→http://star-limo.jp
☎03-6808-5533

女子会　結婚式の二次会　お仕事関係　夜遊び

TPOに合わせた
オシャレを楽しむのが
アラサーの
たしなみです♥

お姉さん的

マナーを守りつつ
華やかオーラを！

結婚式の二次会

After Wedding Party

After Wedding Party 01

お姉さん世代は地味すぎない色やデザインが正解！

派手色やAラインはもう痛いけど、かといって無難な黒で地味なのも避けたい…。大人に似合うほどよい派手さと、こなれ感がほしい！



やわらかな色合いだから上品で優しい雰囲気に♥

加賀美早紀
専属モデル（29歳／東京都）
独身・子供なし

COLOR & DESIGN

ピンクベージュ

明るい色を着るなら、肌なじみのいいピンクベージュが着やすいよ。上品さもピカイチ☺

ワンピース¥7,900／LADYMADE　ピアス¥2,500／DURAS　バレッタ¥1,000／お世話や　バッグ¥4,900／セシルマクビー ルミネエスト新宿店　ストッキング¥2,000／Tabio（タビオ）　パンプス¥6,900／FLAG-J渋谷109店

COLOR & DESIGN

ネイビー

定番のネイビーは暗くならないよう、小物使いでキラキラ感を取り入れるのがオススメ。



どんな小物もハマるから夜遊び服としても対応可能♥

早川沙世
専属モデル（31歳／東京都）
独身・息子1人

ワンピース¥14,000／JEWELS PROM　ネックレス¥1,387、ピアス¥924／ともにGALSTAR　バッグ¥9,000／TSURU（ティアラ ドゥ コフレ）　ストッキング1,800／フランティカ（福助）パンプス¥9,800／ESPERANZA ルミネエスト新宿店

COLOR & DESIGN

グリーン

カラードレスならグリーンが意外と着やすい！ 流行色なのでトレンドも押さえられる♪



落ち着いたカラーなのにパッと目を引く優秀ドレス

青木りえさん
広島の看護学生（29歳／広島県）
独身・子供なし

2WAYスリーブワンピース¥11,000／セシルマクビー ルミネエスト新宿店　ネックレス¥1,387／GALSTAR　カチューシャ¥1,300、イヤリング¥1,000／ともにお世話や　バッグ¥8,500／DURAS

COLOR & DESIGN

透け肌見せ

結婚式では露出しすぎはNG。レースで透かし見せれば、まんま肌を見せるより色っぽい♥



黒レースを重ねるだけでシックな雰囲気が高まる！

ワンピース¥14,000／sugar　ピアス¥2,769／RESEXXY渋谷109店　ネックレス¥1,000／お世話や　バッグ¥4,700／セシルマクビー ルミネエスト新宿店

COLOR & DESIGN

華やかな黒

デコラティブなデザインなら、地味になりがちな黒もしっかり華やか。メリハリも出る♪

ワンピース¥19,500（税込み）／エオストレ　カチューシャ¥1,000、ネックレス¥1,400、イヤリング¥1,800／すべてお世話や　バッグ¥8,500／DURAS



胸元の立体的なバラはシックなのにインパクト大♥

…先生
…社代表&木村歯科…院長（33歳／東京都）
…なし

COLOR & DESIGN

コンビネゾン

無難なワンピじゃなく、パンツスタイルはいかが？ 色や小物でフォーマルに仕上げてね！



胸元のレースや付け襟でフォーマルな印象にシフト

コンビネゾン¥12,750／enda suelta（バロックジャパンリミテッド）　付け襟¥3,900／one spo　バッグ¥5,400／JEWELS PROM　バングル¥1,500／EGOIST ルミネエスト新宿店　パンプス¥2,128／GALSTAR　ピアス／モデル私物

After Wedding Party 03

品のある パール小物がオススメ

パールのアクセサリーは、ひとつあるだけで高級感がアップ。普通のジュエリーよりも上品に見せてくれます！



ビジューとミックスしてエッジィに！



女性らしさがアップするパールが放つやさしい輝き♥



全面グリッターや総柄で遠くからでも目立てる★

After Wedding Party 02

バッグはアクセントになる ちょい派手クラッチ

クラッチはひとクセあるデザインをチョイス。持つだけでシンプルワンピも一気に、こじゃれたパーティ服に！



アンクレット風のビジューで高級感をプラス★

ストッキング¥1,300／フランティカ（福助） パンプス¥5,900／Luxe Rose

After Wedding Party 05

ベージュタイツも ポイント入りで可愛く

ストーンや刺繍のワンポイントでキュートに仕上げて。アクセントになってベージュでもおばさんっぽくない☺



結婚式のお呼ばれマナー

可愛いだけじゃダメ！ 大人としてマナーを☺

NGマナーがこちら。お葬式をイメージする黒ストッキングや、死を連想させるファーやヘビ革も実は×。フェイクでも避けたほうが無難。かかとのでる靴もマナー違反！（編集部私物）



カチューシャがあればまとめ髪も凝ってる風♪

After Wedding Party 04

アップヘアなら キチンと感が2割増し♪

アップヘアは清潔感があって品よく見える♥ ガチガチに固めず、ゆるさのあるアレンジで抜け感を出して☺



トップのボリュームでほどよくプチ盛り♥

きちんと感とセンスの良さがカギ！

仕事のパーティー

Formal Party

Formal Party 01

印象が強すぎない モノトーンワンピ♥

ど派手なワンピだと服にばかり目がいっちゃう！ トレンドなデザインの黒ワンピで、上手に自分を印象づけましょ♥

Formal Party 02

ヘアは夜っぽくならない ストレートベース

ドレスに巻き髪だと夜っぽい印象に…💧 ストレートヘアでさらりと着こなそう！ 落ち着いた印象だから好評価✧



明るめグリーンはオシャレ度が高め！

Formal Party 03

差し色は小物で ワンポイント投入！

小物で色を入れてセンスのよさをアピールしたい！ ちょっぴり派手なヴィヴィッドカラーがワンピに映えてGOOD♥



毛先だけ軽く内側に巻けば軽さが出る♪



変形そでと透けレースでちゃっかり個性を出すよ☺

ペプラムワンピを仕込みさりげなくスタイルアップ♪

美咲さん Vivianカラコンプロデューサー（31歳／東京都）独身・子供なし

ワンピース¥14,000／JEWELS PROM ネックレス¥1,300／お世話や 時計¥4,900／セシルマクビー ルミネエスト新宿店 バッグ¥12,800／DURAS

真優川 咲さん ヨガインストラクター（28歳／東京都）独身・子供なし

ジャケット¥3,200、ワンピース¥3,900／ともにPuzzle バッグ¥3,300／Grandedge渋谷109店 ストッキング／スタイリスト私物

みんなのリアルな
夜遊びスタイル★

夜遊び
Night Party



Night Party 01

動きやすさ重視のカジュアルスタイル派

クラブに行くときは、とにかく踊りやすく♪ ラフでカジュアルなコーデなら、移動もしやすいし疲れない

”シンプル服でちょっとそこまで飲みに行きます“

夜遊び＝飲むだから、これくらいラフな格好でよし！ ジャケットはNINEで、ニットトップスはZARA。辛口にキメて、とことん飲む♥



”リッチな夜遊びをするならボディーコンシャスにキメ！“

ホテルのラウンジで飲むならこんな感じ！ TOPSHOPのトップスとH＆Mのペンシルスカートで、タイトで女性らしくコーデしたよ♥



”テーマは峰不二子ちゃん♥小物でギラギラ感を出すよ“

SPIRALGIRLのコンビネゾンは、ブーツインして不二子ちゃん風に。踊り散らかすからパンツで！ プリンプリンな小物でNOT地味に✧



↓ワンピはエミリアウィズで購入。コーデワンピなので1枚でオシャレに見える ドクター仲間とパーティーをするときに着たい♪

”花柄でキュートに見せつつ実は背中がガッツリ開き♥“



POINT

後ろを振り向くと、ハート型に背中が開いてるよ✧ 肌を出すとパーティー感がアップ♥



POINT

あったかいニットトップスだけど、肩は露出しちゃってる。このギャップがたまらない♥



”ボリューミーなニットは足元を軽くしてバランス♪“

ニットは大きいタートルと肩出しが決め手。リエンダの花柄ショーパンをチラ見せ♥ ちょっとオシャレなバーに飲みに行きたいな♪



”ニットワンピで透け肌見せ！ポイント露出が大人ワザ✧“

ワンピとネックレスはForever21でゲット。透けニットを主役にした、大人のセクシースタイル♥ クラブに行くときは、こんな感じ♪



POINT

部分透けのニットワンピは、ただ露出するよりセクシー。Vネックでデコルテもキレイ！



Night Party 02

男ウケ意識の肌見せセクシースタイル派

週末はおめかしして夜遊びへGO！ コーデのどこかに肌見せポイントを作り、男目線もほどよく意識するよ♥

POINT

胸部分のサイドが穴開きデザインなの！ ジャケットを脱いだときにドキッとさせる♥

POINT

ワンピは肩開きになっていて、しかもショルダー部分がリボンになってるのがキュート♥

”お気に入りのレザーワンピで好きな人と飲みに行きた～い♥“

ジャケットもワンピもRESEXXYでそろえたよ。黒ワンピはレザーが可愛くてお気に入り！ イヴ・サンローランのバッグで格上げ

”肩にリボンが潜むミシェルのワンピがツボ♥“

ワンピはミシェルマカロン。シンプルだけど、しっかりポイントがあって優秀✧ ブーツはルブタンで、財布は最近ゲットしたmiumiu♥

美容皮膚科×エステ
湘南美容外科プロデュース
MAME南青山本院

コスパよし! リバウンドなし! メディカルエステで美脚GET♥

イベントが重なる年末年始にちょっと勝負を賭けたいと思ってる方、注目♪　脂肪燃焼&引き締め効果の高いウルトラアクセントで、スラリと伸びた脚を手に入れちゃいましょ♥　これで露出度高めのドレスも堂々と着こなせる!　痛みもダウンタイムもないし価格もお手頃なんです★

PHOTO_Keita Totori,Yoshinobu Bito [AFTER] HAIR_Anri Mitsuishi [AFTER] EDIT&TEXT_Shioka Soga



イベントやパーティでも自信!! しっかり脚魅せBODY♥

専属モデル（31才／東京都）
独身・息子1人
早川沙世

ウルトラアクセント（テノール&マッサージ込み）

2エリア 初回限定¥7,350



AFTER
数回ほど施術を行った1カ月後。太もものむくみがとれて細くなり、脚全体がすっきり見えます。代謝も上がるので冷え改善にもなります。

BEFORE
今回は太ももの内側と外側、膝上を施術。ウルトラアクセントは円を描くようにくるくる動かすので、マッサージ効果も得られます。

MAMEのウルトラアクセントはココがスゴイ!

1 驚きのリーズナブルプライス! 他院との価格を比べてみてください

MAME	2エリア	初回¥7,350
A院	1エリア	初回¥25,920
B院	1エリア	初回¥21,400

2 細胞膜を破壊して、脂肪細胞を溶かすので、リバウンドなし!

大きくなった細胞膜自体を破壊するので、繰り返し照射することで太りにくい体質へ。レーザー治療なので傷がつかないし、皮膚の引き締め効果も高い!　お肌のハリもよみがえります!

3 脚はもちろん、二の腕や顔など気になるパーツを集中的に細く!

1エリア単位での施術が可能なので、痩せにくい二の腕や太ももなど、気になる箇所を集中攻撃。回数を重ねていくうちに体重が減少!　定着させたい方はセットプランのご利用がお得です!

ウルトラアクセント施術DATA

2エリア ▶▶ 初回限定¥7,350
（通常より¥33,690お得）

2エリア 5回コース ▶▶ 特別価格¥98,000
（通常より107,200円お得）

※1エリア10cm×10cm　※掲載金額はすべて税込み表記です



施術概要
流れ：カウンセリング→ウルトラアクセント→マッサージ→テノール
時間：2エリア1時間（テノール&マッサージ込み）
痛み：ほとんどありません
ダウンタイム：なし



沙世の感想
温かくて気持ちよかったのでウトウト。リラックスできる♥

プラスでさらに効果UP♥

ホワイト痩身カクテル
¥113,400
MAMEオリジナル痩身治療。運動などでついた筋肉が落ちなくてお悩みの方におすすめ。ぽっこり筋肉や張り出し筋肉に注入して筋肉を細くする治療です。

ダイエットピル（ゼニカル）
1粒　¥210
摂取したカロリーの30%を吸収せずに体外へ排出する内服薬。油ものが止められない方に特におすすめ!



沙世から先生へ質問!!

Q1 メディカルエステと普通のエステは何が違うの?

A 医師監修の元、美容皮膚科の知識と技術力で行うエステがメディカルエステ。医療的な視点からの治療や処方箋にも対応できるので、根本からの肌改善が可能に!

Q2 コスパ的には?

A すべての女性を美しく…。そのためにコストは安く、手軽にお肌のメンテナンスや美容を楽しんで頂きたい。そんな思いから適性価格で提供させて頂いています。

異変を感じたら即効ケア早めの対応が大事です♥

沙世 先生のお肌、すごくキレイ♥
先生 沙世さんもキレイですよ!
沙世 全然!!　今出産後だけど、仕事もしているから忙しくて肌荒れがすごいの💧　でもそれより気になるのは脚!　腰周りもだから、通ってベスト体重に戻したくて!!
先生 沙世さんの場合は一時的なものだから、戻りもきっと早いですよ。他にお肌で気になるのは?
沙世 目の下の小さいシミかな💧
先生 それならレーザー治療ですね。1回目で効果が出ますから、できるだけ早くきてくださいね!
沙世 はい!　次の予約入れなきゃ♥



産後ダイエットで沙世も通ってます♥
何でも気軽に相談してくださいね♥

MAME 南青山本院
田宮エリー先生

赤なパンプス **大阪** つば広の黒ハットが人気でした！

姉agehaスナップ初開催♥

東京

大人可愛くが東京お姉さんの合言葉です✧

Tokyo



ツイードのセットアップできれいめコーデの完成♥

OL（24歳）**雪さん**

形がいいセットアップはリゼクシーのもの。コーデを考えなくてもサマになるから楽ちんだよ♪ バッグはヴィトンでファーブーツはFLAG-J。



ルブタンのパンプスで美脚を見せつける

農家&JAPANバンケットプロデュースチーフ（29歳）**斉藤和巳さん**

アウターとトップスはリエンダで、スカートはミシェルマカロンで購入♥ 真っ赤なマフラーにバッグやアクセも、全部ヴィトンだよ♪



誕生日プレゼントでもらったピンクのバッグで差し色♥

ラーメン屋&キャバクラ（24歳）**吉澤麻理絵さん**

冬は大人っぽくしたくて、リップのアウターとセシルのワンピでモノトーンコーデに♪ サマンサベガのバッグは色も形もお気に入り！



ストライプのコートで縦長にスタイルアップ

フリーター（27歳）**平野朱美さん**

スラッと見えるコートはリゼクシーで購入★ それにムルーアのレザースカートで下半身を引き締めたよ♥ 姉agehaは創刊からずっと買ってます



男ウケなニットもピンクとシャネルで自分らしく♪

デザインマネージャー（27歳）**春園絵梨さん**

ニーナミュウのセットアップはヴィヴィッドなピンクがお気に入り♥ ニーハイは夢展望だよ。アクセとバッグは大好きなシャネルで統一✧



あえてデニムで崩してカジュアルに仕上げたよ✧

会社員（26歳）**石井結さん**

ツイードジャケット、トップス、デニムスキニー、ピンクのパンプス、すべて大好きなリエンダで購入♥ バッグはバレンシアガだよ



リエンダのファーコートでほどよくゴージャスに★

イベント会社経営（24歳）**菜採梓さん**

ロイヤルパーティーのトップスは、ビジュー付きだからボーダーでも上品♥ コーチのバッグは荷物がたくさん入って、どんなコーデにも合うよ



デイライルのコートはファーが可愛すぎて即買い

ショーモデル（26歳）**矢沢なりさん**

このコートは雑誌で見たときに、どうしても欲しくなって買っちゃった♥ ジョゼットのヒョウ柄バッグはスエード素材が冬っぽくて◎。



オフショルコートは1枚でインパクト大✧

DaTuRaショップスタッフ（20歳）**二宮優奈さん**

オフショルタイプがめずらしいボリュームファーのコートは15,800円。着るだけで小顔&メリハリボディーになれると大人気♥



青森からはるばる参戦!! レディりんご姫♥

フリーター（23歳）**美姫さん**

今日はレディのN3Bに合わせてキレイめカジュアルにしたよ★ キティちゃんコラボのトップスに、パンツとパンプスも全部レディ✧



私物プレゼントで当たったコート♥

サービス業（27歳）**濱口茉沙美さん**

今日のテーマは大人の夜遊びコーデ♥ コートは青木りえちゃんの私物プレゼント♪ 姉agehaは1号目から愛読していて、美のバイブルです♪

ANE AGEHA SNAP TOKYO



上半身は白でふんわり足元は黒で引き締め★

夜のお仕事お休み中（30歳）
河井麻衣さん

モコモコのコートにINGNIのニットワンピで、あったか&可愛く仕上げたよ♥ 足元は黒タイツと黒ブーツで着ぶくれ防止☺



ゴージャスなファーのコートはデートにも最適✧

学生（18歳）
りんさん

デイライルのコートはボリューミーなファーがポイント♥ 花柄ワンピもデイライルだよ！ ヴィトンのバッグとニーハイでデートコーデの完成♪



カジュアルなコーデで淡色ミルフィーユ★

フリーター（30歳）
塩谷愛美さん

ホワイトベージュのN3Bとビジュー付きのムートンブーツはレディで購入。ショーパンもバッグも淡い色でまとめれば、カジュアルだけど上品♪



トレンドのチェック柄も肌見せ多めでセクシーに♥

キャバクラ勤務（24歳）
菅野奈月さん

ベアワンピっぽく見えるけど実はセットアップ★ 単品でも使えるから、かなり使えるよ！ アウターもセットアップも両方リップで購入。



シースルーワンピでコートの下に色気を仕込む✧

RESEXXY MODELS&渋谷109店スタッフ（26歳）
見須幸代さん

10,176円のコートはAラインで女性らしい雰囲気になります。6,010円のワンピはデコルテと腕部分がシースルーになっていて、かなりセクシー♥



姉agehaに載ってたデイライルコーデをマネって☺

会社員（24歳）
みほさん

ブーツ以外は全部デイライルノアール♥ 姉agehaの復活号で早紀ちゃんが着ていて、ひと目惚れしたんだ！ 私もいい女になれたかな(笑)?

未来のお姉さんから素敵なお姉さんまで
総勢300人が集結!

東京 シャネルのチェーンバッグ **名古屋** 真っ

3大都市

姉agehaの復活を記念して、初めてのスナップを開催✧ 3大都市で計300人のお姉さんが集まってくれたよ♥ 今回はその中でも特に素敵だったお姉さんを紹介！ 都市ごとのヒットアイテムも検証しちゃいました♪

PHOTO_Keita Totori[TOKYO]、Ryota Hamaguchi(ROCOSTUDIO)[NAGOYA,OSAKA]
THANKS_ 名古屋 丸栄、心斎橋OPA **TEXT&EDIT**_Setsuko Chigira



絶妙なピンクがこだわりのファーコートで大人可愛く♥

Chedelプロデューサー（24歳）
丸山慧子さん

コートは襟ぐりに大きなパールとビジューが付いているのもポイント♪ 脚がきれいに見えるニーハイもシェデル。両方12,019円です✧



エルメスのバーキンでコーデ格上げの魔法♥

会社員（27歳）
山崎みことさん

ピンクの色みが気に入ったエルメスのバッグが主役！ ラビットファーのアウターと美脚ニーハイは両方リエンダで、アクセはシャネル☺



叶姉妹の美香さんみたいな妖艶な女性が憧れ✧

フリーター（23歳）
ゆいさん

スナップ用にヘアを赤にチェンジ♥ トップスとスカートはダチュラで、アウターはデュラス。いつもマルキューでお買い物するよ♪



冬でもラブリーで女らしくがルール♥

読モ（27歳）
春乃ゆめさん

フリルトップスにバラ×ビジューのスカートでラブリーに♥ ファーアウターはセクシーさもあってグッド✧ すべてダチュラで購入したよ。



姉agehaはアラサーのリアルが見られるのがイイ♥

モデル&シンガー（25歳）
佐野絵玲奈さん

真冬でもあったかなリエンダのダウンは、形がきれいでお気に入り♪ 1万円ぐらいだったよ☺ サマンサのバッグは色にひと目ぼれして購入。

ANE AGEHA SNAP

浪速のお姉さんはちょっぴりビターが好きやねん♥

大阪

Osaka



コスプレショップのタイツは種類が豊富で狙い目✧

MAME広報
青山真由子さん（26歳）

ザ・ファーストのコートは形&カラー&ファー具合など、すべてが完璧♥ プラダのバッグはヴィンテージもので、かなりヘビロテしてます😊



エレガントなコーデに柄タイツで遊び心をプラス♪

4C Arts 代表取締役社長
杉本未来さん（22歳）

シャネルのトップスはパフスリーブになっていてエレガント✧ エモダで購入したシックなボルドーのひざ丈スカートで季節感を出しました♥



巻き髪×ツイードでTHE神戸系コーデ

レースクィーン
坂梨優花さん（29歳）

ビジューとツイードの切り替えワンピはチェスティで購入。それにマーキューデュオのノーカラージャケットを合わせて、コンサバに仕上げたよ♪



シンプルでラフなコーデも赤リップなら女っぽくなる♥

トライハードダンサー
久保七瀬さん（28歳）

↑ダボッと感が可愛いポンチョはギャレリーで購入。夢展望のブーツはヒールが高いのに歩きやすいよ♪ 黒ハットはつば広で小顔になる★



エミリアウィズのワンピは華やかでテンションあがる！

モデル&会社経営
白井ゆかりさん（29歳）

胸元のビジューが気に入って購入したワンピが今日の主役♥ ワンピが派手なぶん、デュラスアンビエントのシンプルコートで引き算したよ😊



このバッグはヴィトンに見えないところが◎！

フリーター
上野すなおさん（25歳）

←姉agehaはブランドバッグがたくさん載ってるから大好き♥ コートはスナイデル、ワンピはフレイアイディー、ブーツはエヴリスで購入したよ。



ファー付きアウターは毎年大人気のアイテム✧

DURAS ショップスタッフ
中原舞さん（23歳）

25,800円のアウターはボリュームのあるリアルファーがポイント♥ ハットは4,900円、コートは25,800円で、すべてデュラスのものです。



トレンド感と個性がほどよいローズバッドがお気に入り♥

会社員
水瀬ともさん（24歳）

軽くて暖かいケープと、イエローの色合いが絶妙なトップスは両方ローズバッドで購入。ルブタンは脚が本当にきれいに見えるからスゴイ！



リエンダのグレーカラコンでキリッとクールな眼差しに★

フリーター
谷山朝香さん（19歳）

大人っぽいモノトーンコーデにボルドーのハットでアクセント♪ アウターもトップスもボトムも、すべて心斎橋OPAのリエンダで購入したよ♥



激売れ中のファーコートで真冬のフェミニンレディ♥

Delyle NOIR ショップスタッフ
あゆさん（23歳）

ファーのえり&カフスがゴージャスなデイライルのコートは18,000円。それぞれ取り外しできるから、気分に合わせてアレンジもできます😊

ANE AGEH OSAKA



加賀美早紀ちゃんみたいな素敵なお姉さんになりたい♥

自営業（23歳）
華さん

体にピタッとフィットするワンピはH&M、ファーストールはリミットレスラグジュアリーで購入✧ グレー小物は品が出るから好き！



上は重めで下は軽めの黄金バランスです✧

会社員（31歳）
和田真衣さん

背が低いからバランスはかなり重要。コートにボリュームがあるから足元はニーハイで軽くしたよ★ さらに顔まわり小物で目線をアップ！



ガーリーな形のワンピも黒を選べば甘すぎない♥

エステ経営（45歳）
越野矢素子さん

GIRRYのワンピは裾がふんわりしているけど、黒のツイードだから甘さ控えめです♪ ファー付きのレザージャケットはスパガで購入しました。



長め丈と白ソックスでこなれ感が急上昇♪

ブロガー&主婦（26歳）
あすなへぶんりーさん

ショップリストのコートは、シンプルだけど長め丈だから今っぽくなる♥ パンプスはステラ・マッカートニーで、バッグはサンローランだよ



滝流しヘアとヴィトンでオーラのあるイイ女★

学生（20歳）
あっきーなさん

LAMIAのデニムジャケットは、パールとレース付きで他にはないデザインがお気に入り！ デイライルのセットアップは先週購入したよ♥



クリスマスのパーティーやデートに着ていきたい♥

飲食店（31歳）
小林理絵さん

ローズバッドのコートにグローブで、あったかさ&リッチ感をアップしました♪ シャネルのバッグは26歳のときに自分へのご褒美として購入



ふわふわ×キラキラで小悪魔お姉さん✧

キャバ嬢&イベコン（28歳）
姫咲りんさん

ふわもこなアウターとデイライルのチェック柄セットアップで可愛く見せつつ、ストーン付きのキラキラパンストで足元はセクシーにしたよ♥



外は天使、中は小悪魔のギャップで魅せる★

会社員（23歳）
かれんさん

アンクのニットアウター&リズリサのファー帽でパッと見はガーリー♥ だけど、中は総レースの黒ワンピで実はセクシーなのがポイントだよ！



デートのときは男ウケするファーやニーハイが正解♥

RESEXXY MODELS&心斎橋OPA店スタッフ（23歳）
赤秀奈都美さん

リゼクシーで作る大人レディーコーデ✧ ボリュームのあるファー付きのコートは12,954円♪ 美脚に見える11,102円のニーハイもイチ押しです！



黒ハットはかぶるだけでオシャレ度が一気にアップ！

ダンサー（26歳）
益田美里さん

デイライルのジャケットとリゼクシーのワンピで、シンプルな大人レディーコーデに♪ 流行の黒ハットでトレンド感をプラスしたよ



フェラガモのバッグは彼からのプレゼントです♥

MAME心斎橋院 美容カウンセラー（30歳）
松村亜耶さん

ジャケットと色が気に入ったティペットは両方イスティントで購入✧ ファーがボリューミーなので、ヘアはハーフアップでスッキリさせました♪

今どきの名古屋嬢は巻きもブランドもでら控えめ！

名古屋

Nagoya

一気に冬っぽくなるツイード素材をW使い♥

会社員（21歳）**みさ**さん

リップのショーパンとバッグは両方ツイードだけど、タイプが違うからくどくならないよ★ リゼクシーの長め丈アウターは着やせ効果もあるよ♪

子どもがいても女は忘れたくない★

5児のmama（35歳）**えり**さん

ダチュラのアウターはボリュームファーがバブリー✧ マーズのワンピは肩がリボンになっていて、アウターを脱ぐと可愛さもアピールできます♪

赤チェックのワンピで辛め&強めな女に✧

GHOST OF HARLEM ショップスタッフ（27歳）**まゆゆ**さん

インパクトのあるワンピは9,800円。それに14,800円のスタッズ付きライダース&3,500円のニット帽で、とことん強めにしました！

ヘルシーなショーパンも白多めならフェミニン✧

DURAS ショップスタッフ（24歳）**浅川奈未**さん

ダッフルコートは26,800円、7,900円のニットはアンゴラ素材だから薄手なのにあったかいです♥ ショーパンは8,800円、ブーツは19,800円。

秋冬に大活躍のボルドーを取り入れたクラブコーデ♥

会社員（24歳）**ゆうちゃん**さん

色が気に入ったカーデ&トップスは両方Forever 21。リップも赤だから、ヘアは派手になりすぎないようにストレートにしたよ☺

この秋冬トレンドのアイテムをてんこ盛り★

販売員（29歳）**秋田衣里佳**さん

中折れハットとライダースは今季の人気アイテム。ボルドーとモスグリーンで、色でもトレンドを意識したよ✧ バッグはジバンシー✧

さくりなさんが憧れ！メイクを参考にしてます✧

アパレル（18歳）**あいにゃん**さん

H&Mのワンピは、よく見ると実はパイソン柄なんだ✧ リエンダのジャケットは、おしりが隠れるくらいの絶妙な丈感が大人っぽくてグッド！

パイピング風のカーデは品良く見えて優秀♪

学生（21歳）**もえぴ**さん

レディのカーデはニットで動きやすいのに、大人っぽくキマるよ★ 旅行にもオススメ！ ビジュー付きのトップスもレディで購入☺

プチプラ服にブランド小物でハイ&ローコーデ☺

主婦&歯科助手（37歳）**CHERRY**さん

スカートとスリッポンは両方GU。服はプチプラだけど、小物はシャネルのアクセとミュウミュウのバッグだから安っぽく見えないよ！

これぞ元祖・名古屋嬢なセクシー&ゴージャス姉妹♥

看護師（26歳）**石原実希**さん

今日、姉と一緒に買ったダチュラのコートが主役♥ 黒×ゴールドの組み合わせが気に入ったパンプスはエスペで購入✧

主婦（28歳）**坂上理恵子**さん

11月号の莉菜ちゃんが可愛かったからマネして購入♥ ベルトとアクセもダチュラだよ✧ 真っ赤なパンプスはワンウェイ。

飾りが付いたアイテムは忙しいママにピッタリ♪

主婦（27歳）**杉浦あゆみ**さん

襟元にパールが付いたトップスと、ポケットにビジューが付いたスカートは両方ByeByeで購入。ノーアクセでもしっかり可愛くなれるよ♪

ミシェルマカロンはおチビな私の救世主

主婦（27歳）**松下久美**さん

ずっとニットワンピを探していたんだけど、どれも丈が長くてダメだったの💧 だから、マカロンのワンピに出会ったときは、即買いしたよ☺

プラダのデニムバッグはどんなコーデとも相性◎！

アパレル（30歳）**あきえ**さん

ショーパンとバッグはデニム素材、ヘアバンドとトップスは黒リボンでそれぞれリンクさせたよ★ 可愛さを残した、大人のカジュアルコーデ♪

かぶりものケンミンSHOW♥

♡ANE AGEHA SNAP♡

都市ごとのヒットアイテムをチェック!!

東京NEWS

スラッとした美脚に♪
ニーハイブーツ



スタイル良くがテーマ

昼はママ&夜はキャバ(22歳)
浅見れおなさん

ショップリストのニーハイは、厚底なのに歩きやすいよ。ネットで4,000円とプチプラなのも嬉しい♪

小顔効果もあり✧
デイライルのファー付きコート

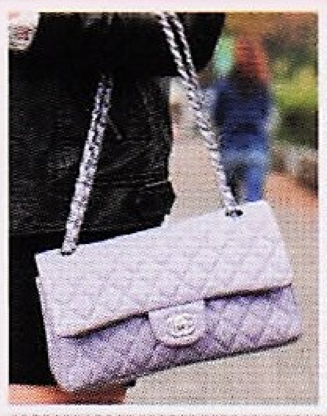


この冬ヘビロテ決定です✧

アルバイト(20歳)
あゆさん
デイライルのコートは友達と色違いで購入。黒はセクシーになるし、白は女らしい雰囲気になるよ♥

学生(21歳)
優海さん
マルキューでさっき買ったダチュラのコートは、手元のファーが可愛くて好き♥

持つだけでイイ女♡
シャネルのチェーンバッグ



もらいもののシャネルは、ラベンダー色がめずらしくて自慢です♪(まやかさん)



ボルドーがお気に入り✧

会社役員(35歳)
星野南さん

旦那とドライブデートのときは、ラズレナのショーパンで女らしく♪ シャネルで差し色を投入!

名古屋NEWS

足元にアクセント!
赤パンプス



ピリッと赤のスパイス★

GHOST OF HARLEMショップスタッフ(21歳)
あんなさん

総レースのワンピは7,900円。22,800円の重めなムートンコートで甘さをセーブしたよ



どこで買ったか忘れたけど、キラキラしているところがポイント♪(さやかさん)



駅地下のサカエヤで買ったパンプスは、厚底だから脚長に見える♥(chieさん)

ゆるっとズルッと♡
ダチュラのダーリンニット



オフショルで肌見せ♪ ポッケのファーが◎!

会社員(20歳)
おさよさん
ダチュラのニットの下にチェックシャツを重ねて、甘すぎないカジュアルコーデにしたよ★

大学生(20歳)
美里さん
ホワイトってピュアなイメージだけど、ダチュラのニットは大きめサイズでエロいのがいい✧

パンツ着用率NO.1✧
パンツスタイル



ツイードのセットアップ

医療事務(27歳)
さとちさん
裾と袖にパールがぎっしり付いているから、ショーパンだけど上品♥ デイライルで約15,000円。



千鳥柄で大人っぽく♪

会社員(20歳)
あいりんさん
ハイウエストのデニムパンツはForever21で購入。イングのトップスでNOカジュアルに

大阪NEWS

オシャレ度が急上昇!
黒ハット



ハットでクールさをプラス!

事務(22歳)
Alexさん
ラミアのアウターとトップスをスカートでレディーにしたよ★ 仕上げにハットをオン!



シンプルなコーデも中折れハットをかぶるだけで、こなれて見えるのがイイ(志形静音さん)

定番のシリーズが人気♪
ヴィトンのバッグ



ボストンタイプは大容量✧

医療関係(22歳)
ゆまさん
アズール・ダミエの優しい色合いと、荷物がたくさん入るところが気に入って購入したよ✧



定番のモノグラムは、どんなコーデにも合うから使いやすいよ(樋笠美香さん)

可愛い子が多いと評判!
デイライル大阪のスタッフ



デートにもオススメ

ショップスタッフ(18歳)
濱岸凪沙さん

ショップスタッフ(20歳)
愛里さん

イチ押しコーデです♥

姉agehaモデルさんが可愛い✧

ショップスタッフ(20歳)
えなりさん
デイライルのボリュームファーコートは18,000円。女のコをとびきり可愛く見せてくれます♥

全国共通NEWS

可愛い同士がコラボ♡
レディのキティちゃん



キュートな遊び心★

会社員(26歳)
あさみるくさん
コートもレディで購入✧ レディはカジュアルなアイテムも、キレイめに見えるとこが好き♪



ホワイトのバッグなら、キティちゃんの可愛さがキワ立つよ♥(手越めろたんさん)

仲良しアピール☆
ツインコーデ



白ニットでおソロ♥

主婦(32歳)
山本佳子さん

莉央ちゃん

ショート丈の白ニットと大好きなネイビーのボトムは、両方マーキュリーデュオで購入✧



パーカーでツイン★

学生(19歳)
あやさん

学生(19歳)
ぴすさん

GAPのパーカーで双子コーデにしたよ♪ 足元もソックス×カラーパンプスでおソロ



ダテメも一緒♪

学生(22歳)
きゃんさん

フリーター(21歳)
えりなさん

おソロのトップス&ショーパンは両方リエンダ。ヘア小物と靴で、ちょとだけアレンジ★



シャネルのバッグでリンク♥

会社経営(30歳)
富岡えりかさん

フリーエディター&プランナー&サロンオーナー(38歳)
佐川みえいさん

ミニポーチはアクセ代わりに◎♥ ハンドバッグは10年前にプレゼントでもらったよ✧

海外のお姉さんファン♡
ワールドワイドお姉さん



大人の美を勉強中✧

大学生(22歳)
呉茜さん
今日のコーデは、すべて中国で買いました! 日本のブランドでも、よくお買い物しています★



姉ageha大好き♥

ウェブデベロッパー(28歳)
lazuliさん
姉agehaのFacebookもチェックしてるよ★ ファッション企画も、たくさん見たい!

やっぱり髪色は明るい方が
盛れるって気づいたお姉さんからCARRYに行き始めてる♥

CARRY
キャリー

オトナになって、髪色とかネイルとか少し落ち着かせてみたときもあった。でも、自分の中でどこか違和感があって…。
やっぱり髪もネイルも自分の好きなようにやるのが１番盛れるよね♥　CARRY に行けば、確実に盛れます✧

Photo_Hiroyuki Sato **HAIR**_CARRY **MAKE**_Yuko Hazama **EDIT&TEXT**_Marika Koizumi

Hair

CARRY と言えばロングエクステと
明るいカラー✧　しかも、
すっごくサラツヤになるんです✧
さやかと莉菜の冬ヘアを
お披露目♥

CARRYならではのロングエクステはやっぱり盛れる！



専属モデル（31歳／東京都）
独身・子供なし
桜井莉菜

莉菜は ハイライトを入れて エクステのツヤ感UP！


SIDE


BACK

ラメ透かしニット
¥7,900 ／ DURAS

HAIR DATE
ブリーチしたあと、ツヤのあるパールアッシュを ON。エクステは最高級人毛 100%のシルキーロングエクステを 45 本つけました。
ダブルカラー & トリートメント¥8,980
コラーゲントリートメント¥500
67cmのシルキーロングエクステつけ放題
（45 本まで）¥19,800

明るくしても黄ばまないCARRYのカラーリング✧



専属モデル（29歳／東京都）
独身・子供なし
荒木さやか

さやかは ローライトを入れて 外国人風カラー


SIDE


BACK

ニットワンピース
¥8,500 ／ DURAS

HAIR DATE
ベースのカラーはホワイトベージュ。ショコラブラウンとオリーブブラウンの２色をローライトに入れることで立体感が出せます。
カラーメッシュ＆トリートメント¥10,960
コラーゲントリートメント¥500

POINT



カラーが黄ばむのを抑えてくれるムラシャンは必須。さやかは 38㎜、莉菜は 32㎜のコテで巻きました。（右から）AIVL32㎜コテ¥5,694、AIVL38㎜コテ¥7,304、CARRY プラチナホワイトシャンプー¥2,400 ／すべて CARRY



CARRYオリジナルの ヘアグッズが 通販でも買えるよ
王道のムラシャンはもちろん、色落ちやすいピンクカラーをキープしてくれるピンクシャンプー（¥2,400）も販売中♥



CARRYエクステは四つ編みで馴染みバツグン!! つけ放題からハイグレード&スタンダードの 2種類をチョイスできるよ★
• シルキーロングエクステ（67㎝）つけ放題
（45 本まで）¥19,800
•スタンダードピュアエクステつけ放題
（45 本まで）¥10,000

成人式&パーティーの着付けや ヘアセット予約も絶賛受付中♥
TV 取材、雑誌掲載多数!!　普通の美容院じゃ物足りない、もっとハデにしたいお姉さんたちにオススメ♥　インパクト絶大★　一生に一度の成人式予約も受付中なので要チェック！



Nail

シンプルからゴテゴテ系まで幅広いデザインができるよ✧ ネイルは渋谷と池袋の2店舗あって通いやすい♪

渋谷店



黒ベースのツイード風。これからの季節にオススメのデザイン! ジェル(ゴールドコース)¥7,600

ネイビー×くすみ系カラーのシックなネイルは万人ウケしそう♥ ジェル(ゴールドコース)¥7,600



ピンク×パールの組み合わせはガーリーなネイルが好きな方に◎。ジェル(ゴールドコース)¥8,900

人気のクリアベース。花柄を重ねることでアンティークな雰囲気に。ジェル(ゴールドコース)¥8,700



エッジの効いたデザインにパールをMIXすることでレディライクに。ジェル(ゴールドコース)¥8,700

1本だけ赤にすることで手元が締まる。上品でお姉さん向け。ジェル(ゴールドコース)¥7,600

冬になるとやりたくなる結晶柄※ 透明感のあるデザイン。スカルプ¥15,000



池袋店



ブルーにゴールドの飾りが映える。1本だけゴテっとしてるのも◎。ジェル(ゴールドコース)¥7,600

指先がキレイに見えるフレンチを、今っぽくアレンジ! スカルプ(ゴールドコース)¥12,000



1番人気のクリアベース。※ピンク×黒の組み合わせがかわいい。スカルプ(シルバーコース)¥9,600

ブルー、ホワイト、ネイビーのカラーリングが相性◎。ジェル(ゴールドコース)¥7,600



今の時期に人気のアーガイル柄。ピンク系ベースで、ほっこり。ジェル(ゴールドコース)¥7,600

立体的なデザインが個性的。シンプルだけど地味じゃないアートが特徴。ジェル(ゴールドコース)¥9,600

手元が華やかになるロングスカルプは、見るとやりたくなるよね♥ スカルプ(ゴールド)¥15,000



Deco

実はオリジナルのデコグッズが豊富♥
自分用はもちろん、プレゼントしたら喜ばれること間違いなし。

毎日使うからかわいく♡



エレガントなバラ柄デコ✧ スマホを上品に彩ってくれるデザインだよ。iPhone&スマホケース通常¥34,800→¥19,800
※ケース代別



左下のストーンでゴージャス指数が上昇! 女性的な柄もステキ♥ iPhone&スマホケース通常¥34,800→¥19,800
※ケース代別

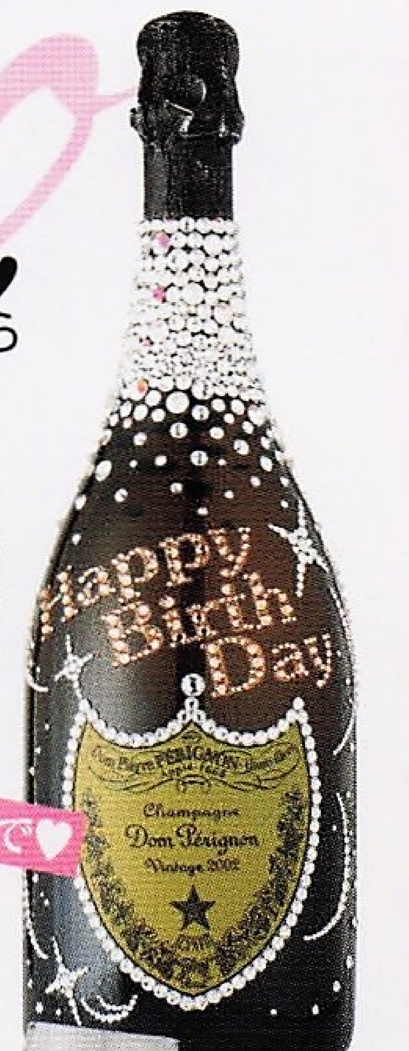


シックなモノトーンが逆に目立つ✧ 贅沢なストーン使いもポイント! iPhone&スマホケース通常¥34,800→¥19,800
※ケース代別

飾っておくだけでも✧



ポーチに入れておくだけでテンションUPのデコブラシ! メイク時間がルンルンで過ごせるように♥ ブラシデコなど価格は要相談



大勢で集まるときにあると華やか。ボトルはお好みのものを持ち込んで。シャンパンボトルデコ¥10,000～

デザインはお好みで♥



こちらも好きな文字を入れられるよ。デザインも相談してね。シャンパングラスデコ¥7,980(ペアでオーダーする場合は¥15,000)

メイクルームに置いても◎



HAIR 池袋店
㊟東京都豊島区池袋 2-44-2 TIS ビル 2F
☎ 03-3791-8220
㊎11:00 ～ 20:00 定休日 : 火
http://www.hair-carry.com/m/index.php

NAIL 池袋店
㊟東京都豊島区池袋 2-44-2 TIS ビル 3F
☎ 03-3971-7775
㊎12:00 ～ 21:00 年中無休
http://www.hair-carry.com/m/index.php



NAIL 渋谷店
㊟東京都渋谷区道玄坂
2-25-9 ロマーネ 80-3F
☎ 03-5784-9115
㊎12:00 ～ 21:00 年中無休
http://www.hair-carry.com/m/nail/



お姉さんageha 読者限定クーポン

電話予約時に「お姉さんagehaを見た」って言ってね♥

HAIR CARRY クーポン
①カラー、トリートメント ¥3,980
②ダブルカラー、トリートメント ¥8,980
③カラー、メッシュ、トリートメント ¥10,960

NAIL CARRY クーポン

	ジェル	スカルプ
シルバーコース	¥10000→¥5000	¥14800→¥7600
ゴールドコース	¥14400→¥7600	¥21000→¥12000
プラチナコース	¥18000→¥9400	¥29000→¥18900

※価格は税抜きです

ヘアに関する情報はコチラから♥

ネイルに関する情報はコチラから♥

デコやその他グッズに関する情報はコチラから♥



専属モデル（29歳／東京都）
独身・子供なし
杉山佳那恵

ツイードタンクワンピース￥7,389／Chedel



専属モデル（29歳／東京都）
独身・子供なし
荒木さやか

バッククロストップス
￥5,900／Delyle NOIR
渋谷109店

何かと忙しい年末年始に必要なのは！

簡単なのに 手抜きに見えない 華ヘアアレ♡

パーティにも！ デートにも！ お仕事にも！



専属モデル（31歳／東京都）
独身・息子1人
早川沙世

モヘアオフショルニットワンピース￥4,621／RESEXXY 渋谷109店

お姉さんの年末年始はイベントだらけ。そんなときに必要なのはリアルに作れて、「ステキ！」と思われるヘアアレ✧ メイクに時間をかけても余裕で作れちゃう、簡単&華やかヘアだけ集めました♥







PHOTO_Kousuke Nakashima
(PEACE MONKEY)
HAIR&MAKE_Yuko Nozaki
EDIT&TEXT_Akiyo Nishino

※クレジットのないアイテムは私物です。

ひと手間で見違え！華ヘアアレに必要なテク3つ♥

三つ編み



真面目ちゃんすぎておしゃれ感ゼロ！

きっちり強めに編んだ三つ編みは学生で卒業！真面目ちゃんすぎてどんなコーデもダサく劣化しちゃいます（涙）。

お直しPOINT

三つ編みの編み目はゆるく！



三つ編みの編み目は必ずゆるめて柔らかさを出して、さらに毛先ギリギリまで編まず、少し遊ばせると◎♥

トップの表面はふっくらさせる！



きっちり編み始めず、トップ表面にゆとりを持たせるとおしゃれに見える♪　耳を少し隠すのもポイント！

基本の三つ編みの作り方

1 トップにはゆるさを残して編み始めて♪



髪をざっくりセンターで分け、毛束が耳にかぶるようにしながら編み始めるよ★

2 力を入れすぎずゆるめに編み進める



三つ編みはきっちり編まず、ゆるめに編んでいく。鏡で確認しながら編むと失敗しにくい☺

3 まだ編めるかな？くらいでストップ！



毛先を長めに残してゴムで結ぶよ★　髪を巻いてから編むと、毛先が散ってさらに可愛い

4 毛束を引きだして全体にゆるさをオン♥



編み目とトップの毛束を指でつまみ出して、ボリュームUP。少しずつやるのがコツ！



程よく力を抜いた編み目が大人見せの秘訣です♥

シャイニーニットトップス¥5,084／RESEXXY 渋谷109店

ツイスト



昔ハヤったよね的なコーンロー風ねじり💧

おでこ出し＆ガチガチにねじると、一昔前のコーンローもどきに！　ゆるさのないB系ヘアはお姉さんには似合いません★

お直しPOINT



きっちりねじらない！

大人のツイストはふんわり感が大切。ギュッとねじらず、程よく力を抜いてねじって☺

毛束にボリューム感を出す！

抜け感のないねじりは古くさい印象。仕上げに毛束をゆるめて、ボリューム感を出して★

基本のツイストの作り方

1 1束目を後ろ向きに軽くねじるよ



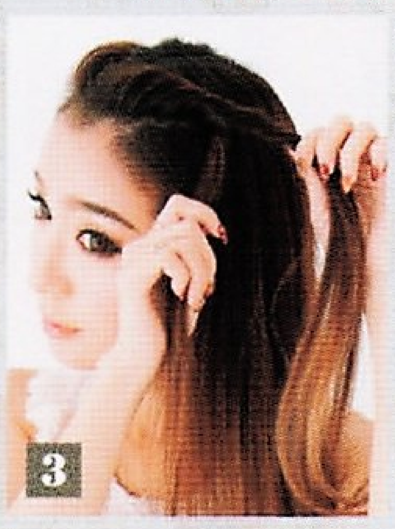
最初の1束目を分け目から取って、後ろに向かって軽くねじる。生え際は特にゆるさを意識！

2 2束目をすくって同じ様にねじるよ



①で取った毛束のすぐ後ろから同じ太さで毛束を取り、同じように後ろ向きに軽くねじる✧

3 地肌の髪を足しながらねじっていく♪



②と①の毛束を外向きにねじり合わせる。地肌の毛束を取る→ねじるをくり返して進めるよ。

4 ねじった毛束をつまんでニュアンスUP♥



耳の後ろくらいまでねじり進めたらピンで固定。毛束をつまみ出してボリュームを出す★



ふんわり立体感のあるねじりで外国人風ヘア♪

ツイードタンクワンピース¥7,389／Chedel

ポニーテール



きっちり高めに結ぶとまるでガチ運動部!?

表面をぴったりタイトにまとめすぎるとなんだかスポーティー💧　高めの結び位置も、子供っぽく見えちゃう恐れアリ！

お直しPOINT

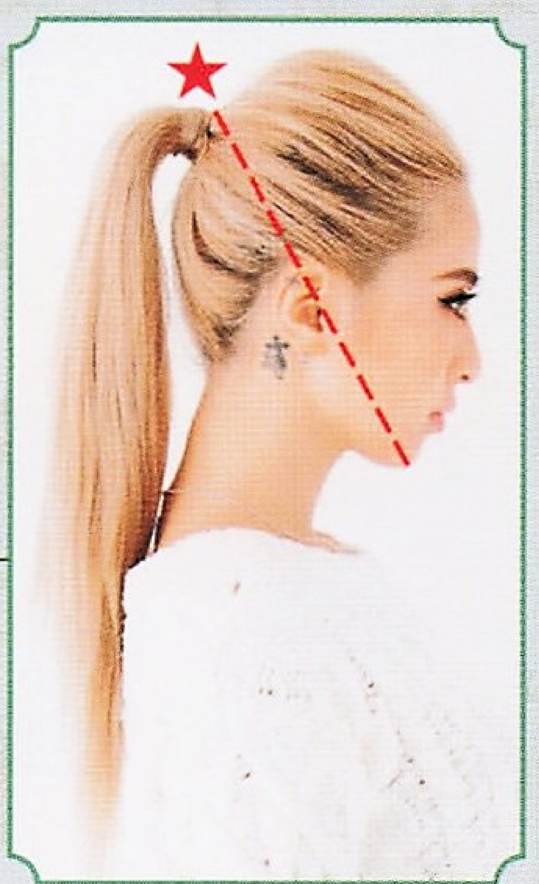
手ぐしのざっくり感を出す！

ブラシできっちりまとめるのはNG。手ぐしで集めたようなラフ感と、トップのふっくら感がキモ！



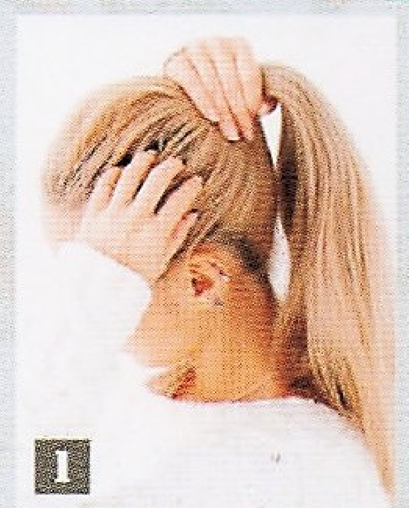
結ぶ位置はゴールデンポイント！

あご耳の上を結んだ延長線上をゴールデンポイントと言って、ここで結ぶと美しく見えるよ✧



基本のポニーの作り方

1 髪全体を手ぐしでかき集めるよ



手ぐしで髪をゴールデンポイントに集める。タイトにまとめず、ざっくり感を残すのが大切★

2 ゴールデンポイントで1つに結んで★

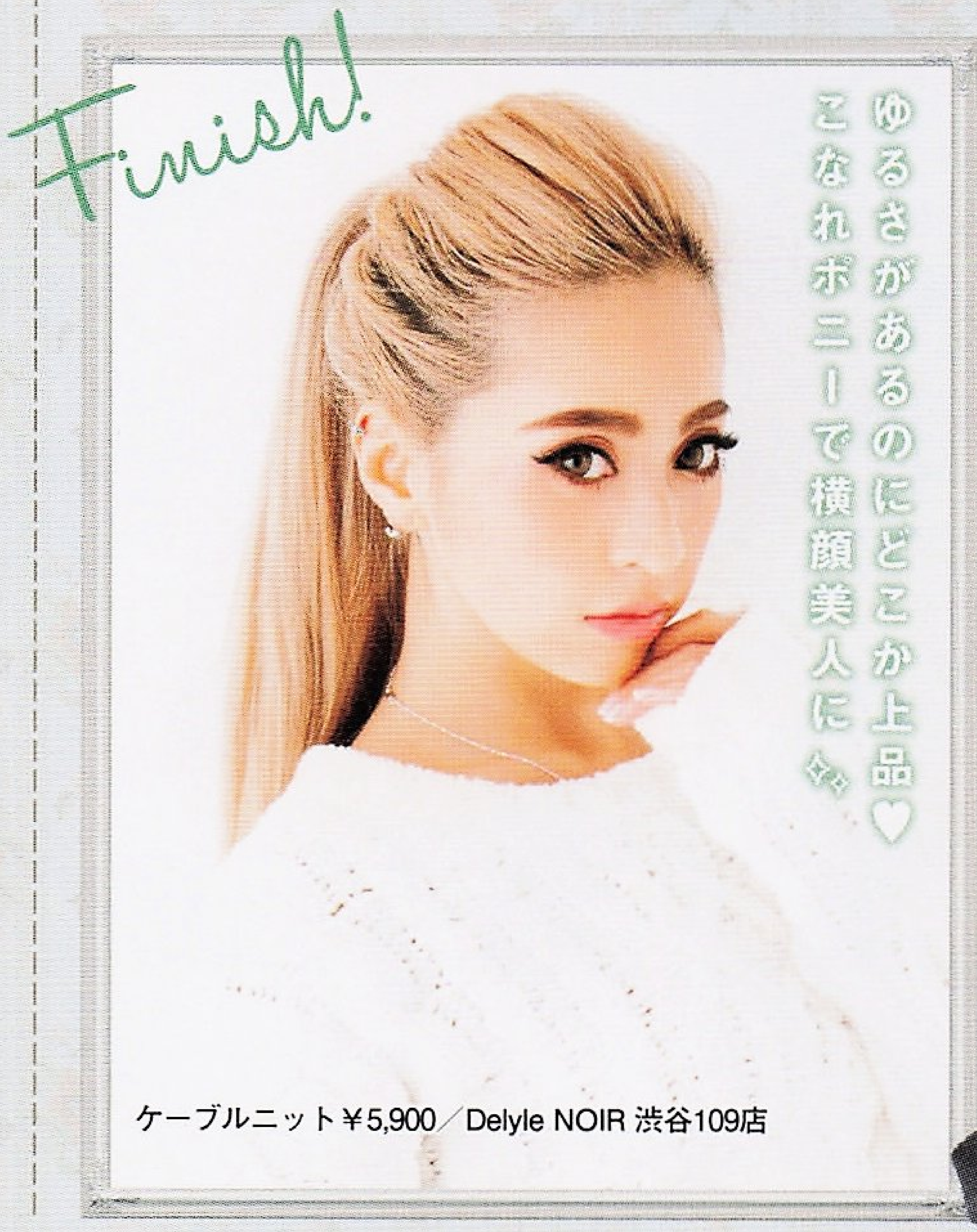


あご耳の延長線上を意識しながらゴムで毛束を結ぶ。エリ足が浮かないように注意してね。

3 トップのふっくら感がおしゃれ感のカギ✧



結び目を片手で押さえながら、トップの毛束を少しずつつまみ出してふっくらさせたら完成！



ゆるさがあるのにどこか上品♥ こなれポニーで横顔美人に✧

ケーブルニット¥5,900／Delyle NOIR 渋谷109店

デートから女子会まで使えるポニーバリエ4つ





女子会　おうちデート

くるっとするだけでOK
ワンランク上のイイ女風に！

最近よく見るアレ♥ くるりんぱ結び

シャギーニットトップス¥6,473／RESEXXY渋谷109店



1 **ポニーを作り生え際をゆるめる**
耳の高さでポニーを作り、ゴムを後ろに引っ張って根元をたるませる。普通に結んでからたるませるコト。

2 **くるりんぱ用の穴を作るよ✧**
ポニーの結び目に指を入れて毛束を左右に分け、地肌とゴムの間にスキマを作る。ココに、毛束を通すよ！

3 **ポニーをくるりんぱさせる！**
ポニーの毛束を②で作ったスキマに上からくぐらせる。これが「くるりんぱ」。髪が絡まないよう注意して。

4 **ねじれた部分を整えて完成★**
毛束を通しきったら、毛先を左右に引っ張ってたるんだ部分を引きしめるよ。左右バランスよく整えて♥





お仕事　パーティ

鉄板ポニーは前髪UPで
セクシーさを忍ばせて♥

かき上げ風 オールバックポニー

バッククロストップス¥5,900／Delyle NOIR 渋谷109店



1 **巻きはほぐさずウェーブ感を残す**
19mmのコテで、毛先を5cmほど残したMIX巻きに。顔周りの毛束を多めに残してポニーに結ぶ

1 **高さを出しつつトップをねじる**
残した毛束を両サイドとトップの三分割に。トップを軽くねじってポニーのゴムにかぶせてピンどめ。

1 **サイドもねじってピンどめ**
左サイドの毛束を後ろに向かってねじり、②と同様にゴムにかぶせて固定。生え際は立体感を出して。

1 **逆サイドもねじって固定する♪**
逆側も同様にゴムにかぶせて完成。顔周りをねじるときはタイトにまとめず、ラフ感を出すのがコツ。



ショッピング　お食事デート

おリボンも下めに作れば
アラサーにストライク♪

ライター＆TOKYO NADESHIKOブロガー
水野祐香さん
(35歳／東京都) 既婚・子供なし

メンズ受け抜群♥ リボンポニー



ツイードタンクワンピース¥7,389／Chedel



1 **強めの巻きでふんわり感を出す♥**
25mmのコテで毛先までしっかりとMIX巻きにする。顔周りの後れ毛を残して、基本のポニーを作るよ✧

2 **リボン用の毛束を取り分ける♪**
ポニーの上側の毛束をひとつまみ取り分けて、左右均等に分ける。この部分でリボンを作っていくよ

3 **毛束を輪っかにして固定する✧**
②の毛束をそれぞれ外向きの輪っかにして、ゴムの上でピンどめ。左右同じサイズになるように作ってね★

4 **最後にリボンの芯を作る♥**
③で作ったリボンのすぐ下の毛束を細く取って、中央に1回転巻き付ける。毛先はポニーになじませて。



お食事デート　お仕事

はかなげな後れ毛で
お仕事相手もノックアウト♥

主婦＆TOKYO NADESHIKOブロガー
MERIさん
(34歳／東京都) 既婚・子供なし

フェロモン横流し サイドポニー



7分袖ビジューツイードジャケット¥7,389／Chedel



1 **耳の後ろでサイドポニーを作る✧**
32mmのコテで全体をゆるくMIX巻きに。前髪と顔周りの毛束を少し残して、耳のすぐ後ろでポニーに結ぶよ★



2 **前髪を流して毛先をねじる♪**
前髪を横に流し、おでこにかぶせるようにカーブをつけつつ、こめかみ位置でねじる。毛先はゴムに巻き付けて固定



3 **クッションブラシで逆毛を立てる★**
ポニーの毛束にクッションブラシで逆毛を立て、空気感を出すよ。ココにボリュームを出すと女性らしさがUPする！









毛先まで巻いてサイドポニーに

32mmのコテで毛先までMIX巻きにしたら、耳の後ろでサイドポニーを作る。顔周りの後れ毛を少し残して。



ねじりながらおだんご状に丸める

ポニーの毛束をねじりながら、手前に向かって丸めてピンで固定。毛先は少し残して華やかな印象に★



崩さないよう少しずつほぐす★

片手でおだんごをおさえながら、毛束をつまんでニュアンスを出すよ😺表面に動きをつける感じでやろ♪

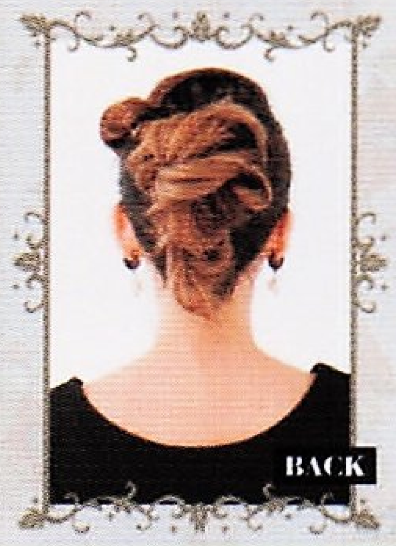




ネックパール透けトップス￥5,546／Chedel

パーティにもOKなポニーからのアップヘア3つ







ビジューチュニック￥5,500／DaTuRa 渋谷109店



ポニーの毛束を三つ編みに😺

前髪を残してポニーを作り、三つ編みにする。片手で毛先を持ちながら、編み目をつまんでほぐす♪



三つ編みをおだんご状に丸める

三つ編みをポニーの根元に巻き付ける。このとき逆三角形を意識して丸めるとエレガントな印象に♥



後れ毛を残しつつ固定する♥

おだんごの下側に後れ毛が残るように丸め、ピンで固定する。タイトにまとめすぎずゆるさを残して。



たるませ前髪でニュアンス出し😺

残しておいた前髪をおでこにかぶせながらねじり上げ、毛先はおだんごの根元でピンどめする★



後れ毛をアシメにして大人っぽく

片側だけ耳の後ろに後れ毛を残して基本のポニーを作り、毛先をゴムから抜ききらずに輪っか状にする✧



輪っか部分を4つに裂く★

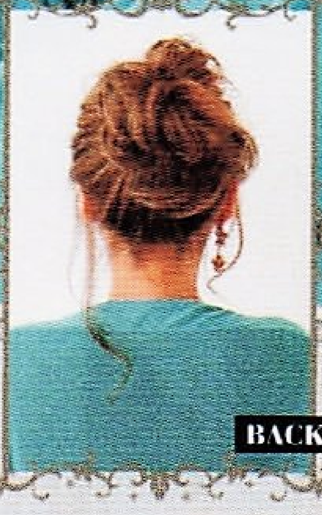
①で作った輪っかを適当に4つくらいに割くよ。キレイにやろうとせず、ランダム感を出すのがコツ！



ボリュームを残しながらピンどめ

裂いた毛束をピンで適当にとめていく。表面がツルッとまとまらないよう、毛束を遊ばせるのがポイント。







裾ラウンドニット￥6,900／DURAS

こなれ感がUPする ツイストヘアバリエ4つ

女子会 おうちデート

ボブでもできるツイストUP

タートルケーブルニット¥8,900／DURAS



けいこ
専属モデル（30歳／滋賀県）
既婚・息子1人・娘2人

子供を連れてお出かけの日は清潔感UPヘアで✧


BACK


SIDE



1 サイドを耳後ろまでツイスト

髪全体を左右で分ける。サイドの毛束をすくいながら、耳までツイストしていく。ざっくり毛束を取って。



2 耳から下は毛先までねじる★

耳後ろまでツイストしたら残りは毛先までできつめにねじる。髪がまとまりにくいコはワックスを使うと◎。



3 毛先を残してピンで固定♥

②でねじった毛束を、逆サイドの耳に向けて後頭部にピンどめ。毛先は少し残して散らすとおしゃれ



4 逆の毛束もねじって交差させる

逆サイドも①〜③と同様にまとめて、③の毛束と交差させてピン留め。おくれ毛が飛び出ちゃってもOK！

パーティ お食事デート

前髪ねじり込みロールケーキUP

ツイードタンクワンピース¥7,389／Chedel



簡単なのに編み込み風に見えておトクでしょ✧


SIDE


BACK



1 前髪を入れ込みながらツイスト

前髪をざっくり8:2に分け、両側とも耳までツイストしていく。耳から先は、毛束をねじりながらエリ足くらいでピンどめ。



2 トップにニュアンスをつける♪

トップの毛束を全体的に少しつまみ出して、後頭部のシルエットをふっくらさせる。これでフェミニン感がUPするよ♥



3 毛束をエリ足にくるくる丸める！

残りを1つにまとめて、上方向にくるくると丸める。写真のように、エリ足にロール状に丸めてね★



4 丸めた輪っかをピンで固定していく

崩さないように片手でおさえながら、③の毛束をピンで固定。ピンは左右からさして、しっかり固定★

女子会 お仕事

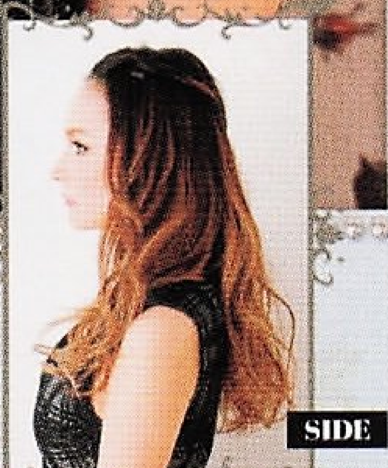
5分で完成！ねじりハーフUP♥

ブロックチェックフレアワンピース¥6,936／RESEXXY 渋谷109店



どんな場面でも活躍する全方位ウケな上品感♥


BACK


SIDE



1 ツイスト用の前髪を取るよ♪

全体を32mmのコテでMIX巻きに。前髪をセンターで分け、写真のように三角形になるよう取り分ける★



2 前髪をねじってハーフUPに✧

①の毛束を後ろ向きにねじっていき、後頭部の中央にピンで固定するよ。左右同じようにやってね♥



3 ワックスでボリュームUP！

毛先にワックスをもみ込んで、Aラインにシルエットを整える。毛先にボリュームを出してフェミニンに♥

ショッピング お仕事

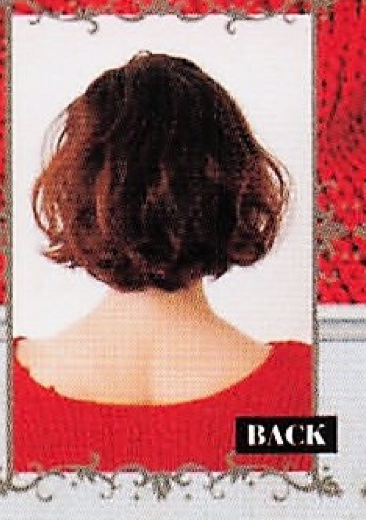
ふっくら感で−3歳 横流しツイスト

フロントカーブニット¥5,084／RESEXXY 渋谷109店



LALAさん
夜のお仕事お休み中（34歳／東京都）
独身・子供なし

ルーズ感を意識すればおでこを出してもキツく見えない★


BACK


SIDE



1 カチューシャ風にツイストする♥

前髪を8:2に分け多い方を耳位置までツイストしていく。生え際の髪を入れ込んで、おでこを出すよ★



2 毛先をねじって耳裏で固定★

①の毛先は、そのままねじって耳の後ろでピンどめ。逆サイドは毛量が少ないので耳にかけるくらいでOK



3 全体的にボリューム感を出す♪

ワックスを手に薄くのばし、下から持ち上げるようになじませてボリュームUP。小顔&若見え効果アリ！

女性らしくて男ウケ◎な 三つ編みバリエ5つ

ハーフUP三つ編み添え♥

女子会　お仕事



トップの毛束をハーフUPに

1 トップを手ぐしで集め、後ろで1回転ねじってピン留め。このとき、少し持ち上げるようにして高さを出す。

サイドに細い三つ編みを作る

2 顔周りの毛束を細く取って三つ編みを作る。根元はゆるめに編むと、このあと後ろに持っていきやすいよ♪

三つ編みを後ろで固定！

3 ②の三つ編みを後ろに持っていき、ハーフUPのねじり位置にかぶせてピンどめ。左右ともやって完成！

ニット¥7,500／DURAS



いつものヘアに乙女ゴコロを注入して彼の視線をキャッチ♥



SIDE　BACK

沙世と雪の女王三つ編み2015

おうちデート　ショッピング



BACK　SIDE

モヘアオフショルニットワンピース¥4,621／RESEXXY 渋谷109店



変化球の三つ編みヘアでエルサみたいに可憐に♥





トップを耳まで編み込みに✧

1 トップを横分けにして、耳より前の毛束を前髪にそって編み込みにする。細かく編まず、立体感を出すよ★

耳から下は三つ編みにする♥

2 耳まで編み込みにしたら、残りは毛束で三つ編みに。このとき、耳を少し隠すように毛束をかぶせてね。

残りを大小の2束に分けて★

3 三つ編み以外の毛束を太めと細めの2束に分ける。太さの違いを出すことで、こじゃれた雰囲気になるよ！

3本の毛束を三つ編みに✧

4 3束をゆるく三つ編みにして毛先を細ゴムで結ぶ。編み目に動きが出て、三つ編みなのにドレッシー♥

無防備感がモテるツインおさげ

女子会　おうちデート



分け目から耳まで編み込みに✧

1 全体を半分に分け、トップから耳までをゆるく編み込みに。きっちり編むと学生風になっちゃうので注意★

残りは三つ編みにするよ☺

2 三つ編みの毛先は多めに残して、細ゴムで結ぶ★最初に巻いておくと、毛先がくるんとなってかわいいよ♥

編み目をゆるめて動きをオン

3 編み目を指でつまんで毛束をゆるめるよ。少しずつ丁寧にやった方が、フェミニンな仕上がりになる♪



なにげないスタイルこそ繊細に仕上げるのがイイ女♥



SIDE

肩ビジューレーストップス¥5,900／Delyle NOIR 渋谷109店

彼ママ受けOK 上品三つ編みUP

お食事デート　パーティ



モテと手軽を両立させた無敵のヘアがこちらです♥



BACK　SIDE

ビジュータンクワンピース¥7,900／Delyle NOIR 渋谷109店

広島の看護学生（29歳／広島県）独身・子供なし
青木りえさん



三つ編みを4本作るよ★

1 髪全体を半分に→さらに縦半分に分けて4分割に。4つとも毛先まで三つ編みにして、逆毛で固定しておく。

内側の2本を丸めて固定♥

2 真ん中の三つ編みをくるくるとお花型に丸めて、ピンで固定。放射状に何本かさして、しっかり固定してね☺

外側の2本でぐるりと囲む★

3 ②でまとめた三つ編みをぐるっと囲むように、左端の三つ編みは上を、右端は下を通るようにピンで固定する。

囲んだ三つ編みをほぐす♪

4 ③で固定した三つ編みの編み目をバランスよく引き出す。お花っぽく仕上げて、エレガントな雰囲気に♥

三つ編みカチュ風ハーフUP

お食事デート　夜遊び



上半分を太めの編み込みにする

1 耳より上の毛束を右から左に向かって編み込みに。大きめに毛束を取り、ざっくり編んだ方がこなれた印象。

耳下は三つ編みにチェンジ

2 耳から下は普通の三つ編みを作るよ。力を入れすぎずにゆるめに編んで、毛先は細ゴムで固定してね★

編み目をゆるめてニュアンスを

3 編み目を指で軽く引きだして、ほぐしていくよ。均等にならないよう、左右ランダムにゆるめるのがポイント！

三つ編みカチューシャに☺

4 三つ編みの毛先を逆サイドでピン留めする。前髪のすぐ後ろを通して、三つ編みカチューシャ風に見せてね♪



美人度3割増しのサイド流しに三つ編みをトッピング

BACK　SIDE

専属モデル（29歳／東京都）独身・子供なし
加賀美早紀

アーガイルニットワンピース¥7,250／Delyle NOIR 渋谷109店

ご報告が遅くなってスミマセン♥

杉山佳那恵 RESEXXY MODELSとして活動中!!

すでにご存知の方もいると思いますが、ただ今ブランドの顔となる"RESEXXY MODELS(リゼクシーモデルズ)"として活動中のかなえ♥　今回はファンのみなさまにご報告を兼ね、この冬イチオシのコーデ&最新情報を紹介します♪

PHOTO_Yoshinobu Bito[LONG],Kazuhisa Niizuma[UP] HAIR_Chiharu Koya EDIT&TEXT_Setsuko Chigira



大好きなRESEXXYのモデルになれて嬉しいです♪ より多くの方に、好きになってもらえるように頑張ります!!

かなえ♥



カジュアルなチェック柄もALLモノトーンで色っぽく♥

ほどよい肌見せで隙を作ればフェロモン度数が急上昇!

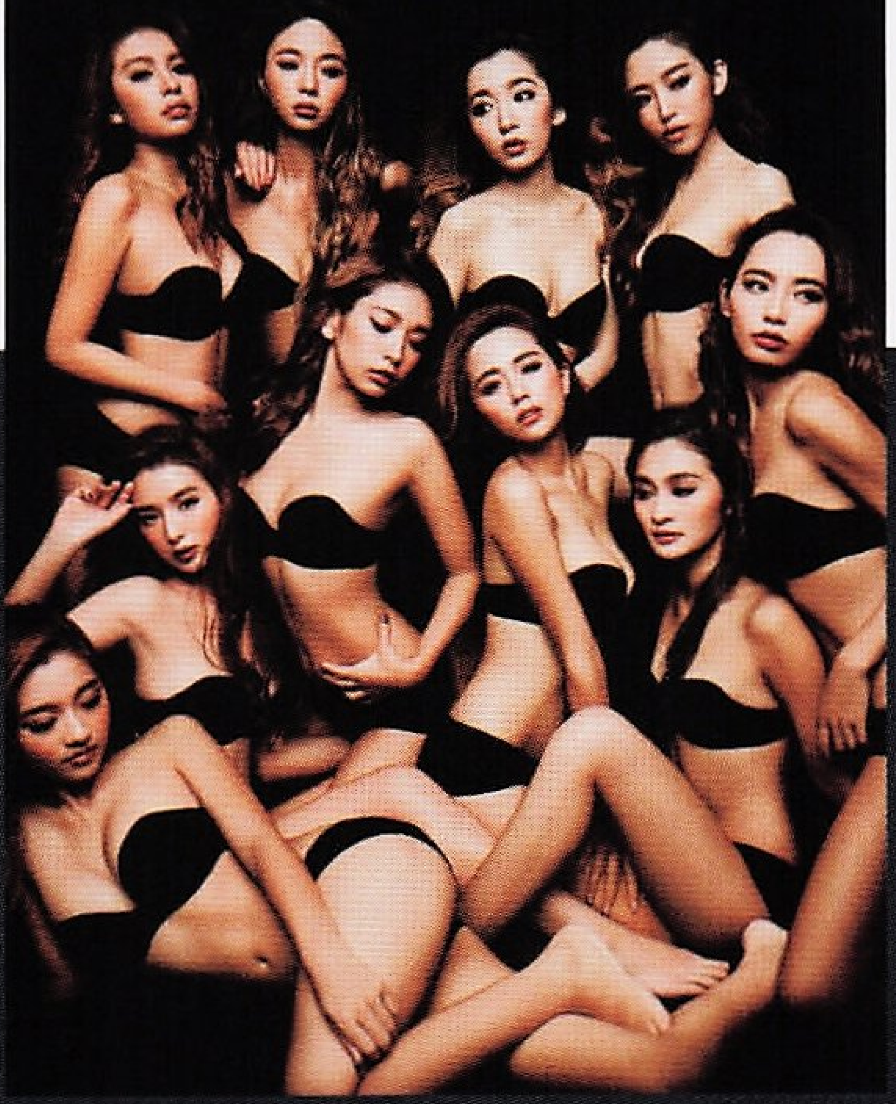
専属モデル(29歳/東京都)
独身・子供なし
杉山佳那恵

ペプラム×コクーンなら即メリハリボディが手に入る

Style 03
トップス¥6,936、スカート¥6,010、パンプス¥10,176/すべてRESEXXY渋谷109店

Style 02
コート¥10,176、ワンピ¥6,891、ネックレス¥2,306、ブーティー¥11,102/すべてRESEXXY 渋谷109店

Style 01
ニットワンピ¥6,473、ネックレス¥2,306、ニーハイブーツ¥11,102/すべてRESEXXY渋谷109店



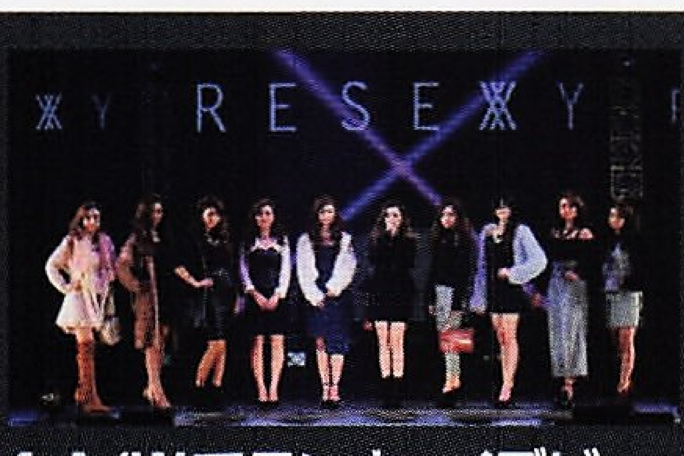
WHAT'S RESEXXY MODELS?

ブランドの顔となるカリスマガールたち♥

佳那恵を筆頭に、RESEXXY GIRLSとして活躍していた2名と、RESEXXY初のモデルオーディションで超難関の審査をくぐり抜けて選ばれた6名を加えた、計9名からなるモデルユニット。ブランドの世界観を多くの人に知ってもらうため、自らが広告塔としてマルチに活動♥

RESEXXY MODELS BLOG >>
http://ameblo.jp/resexxy-models/

RESEXXY MODELS NEWS♥





GirlsAward 2014 A/Wでランウェイデビュー!

10月1日に開催されたガールズアワードで、RESEXXY MODELSの9人がお披露目されたよ。大歓声の中、佳那恵もステージに登場✧

冬の甘辛（ツンデレ）色っぽEye

攻めの時も、甘える時も、オンナである限りアイメイク命です♥

甘辛 Sayo's eye

上下ライン&囲みラインで特別感のある女になる！

カラコン・上下つけま・囲みラインはやめられない でも下ラインをかなり薄くしたら大人っぽくなった♪ シャドーは最近セミマットがらびゅ♥



Item
LOOKME the pallet
ベーシックカラーアイシャドウBCE01ヌードは肌に馴染むセミマットなシャドーで使いやすい✧



eye shadow

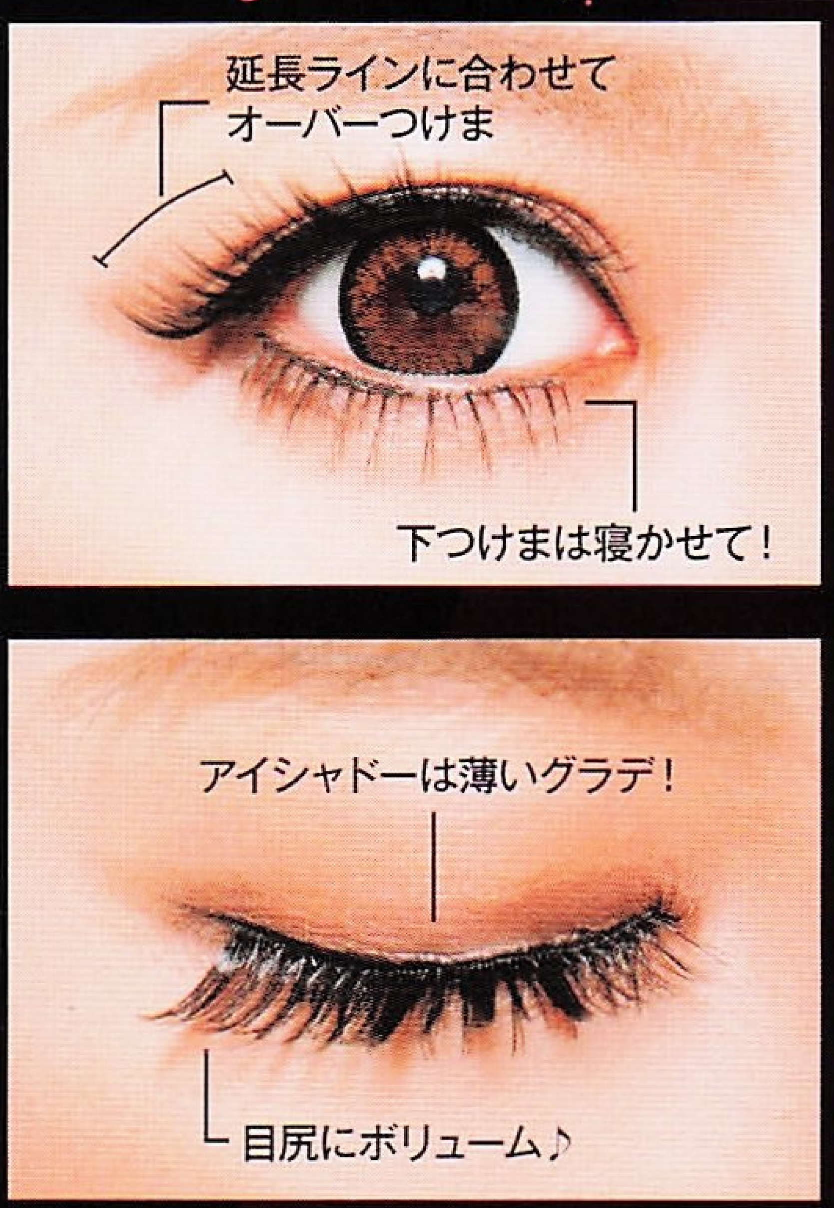
1 アイホールに薄ピンク
Aのヌーディピンクをアーモンド型にアイホールにのせる。まぶたの血色もよくなってかわいいよ♥

2 赤味ブラウンを二重幅
目をクッキリ見せたいからbを二重幅に塗ってメリハリ✧ マット系だから肌になじんでイイ感じ

3 ブラウンでライン風に
下まぶたのキワにcのダークブラウンを細くON♪ 目尻→目頭の順でのせると目尻が濃くなっていい

4 タレ目シャドーで甘口
さらにcで下まぶたの目尻に影を作るよ ほんのりタレ目になって表情がやさしくなるんだよね♪

こだわり解説！



カラコンは
Fall in Eyez ボビーグランデ



eye line

1 上は左右対称を意識
右目が少し大きいから、右は細め、左は太めに上ラインを引く。目尻は少し下げてから横へ流す感じで♪

2 下は目尻を少し下げて
黒目の始まりの位置からキワに極細ラインを！ 黒目終わりの位置から少しだけ離してタレ目に詐欺る

Item
ライナーはリキッド命♥
マジョリカ マジョルカ ラインハンターBK999を使ったよ♪ 黒が濃くて引きやすい



eye lush

ホットカーラーが最強✧
上下つけまはフルづけする つけまをつけた後に温めておいたホットカーラーでまつげを上げるよ！

Item



上 まつエク風のフサフサ♥
ドーリーウインク アイラッシュ No.2 スイートガーリーはタテ幅もヨコ幅も盛れる♥

下 細ストレートが自然✧
ダイヤモンドラッシュ ボリュームシリーズ #クールeyeはフルでつけても自然になる♪



早川沙世
専属モデル（31歳／東京都）
独身・息子1人

お姉さん9人の最新アイメイク♥

老けないアラサーちゃんは"目元"にワザあり!!

「ナチュラルメイクが流行ってる！」なんて言われても、なんでも薄くすればいいってもんじゃない！ トレンドよりも、自分らしさを引き出せる女でいたいもん♥ いつまでも…♥

PHOTO_Hirofumi Yamashita(f-me) HAIR_Anri Mitsuishi
EDIT&TEXT_Yu-ka Mizuno



アンニュイな陰影をつけてライン&まつげでフェロ増し♥

専属モデル（29歳／東京都）独身・子供なし
荒木さやか

辛口 Sayaka's eye

スモーキーカラーで高見えイイ女になる！

まつエクお休み期間だから、上はつけまでボリュームUP 国籍不明のハーフ顔になりたいから、シャドーよりラインやまつげが大事♪

eye line



ペンシル+リキッドで
キワをBのペンシルで埋めてから、Cのリキッドで描く！ 目のカーブに合わせて下へ少し延長。

eye lush



つけまの前にマスカラ
つけまの前にビューラーとマスカラを♪ 下まつげはマスカラオンリーだから丁寧に重ね塗りして♥

eye shadow



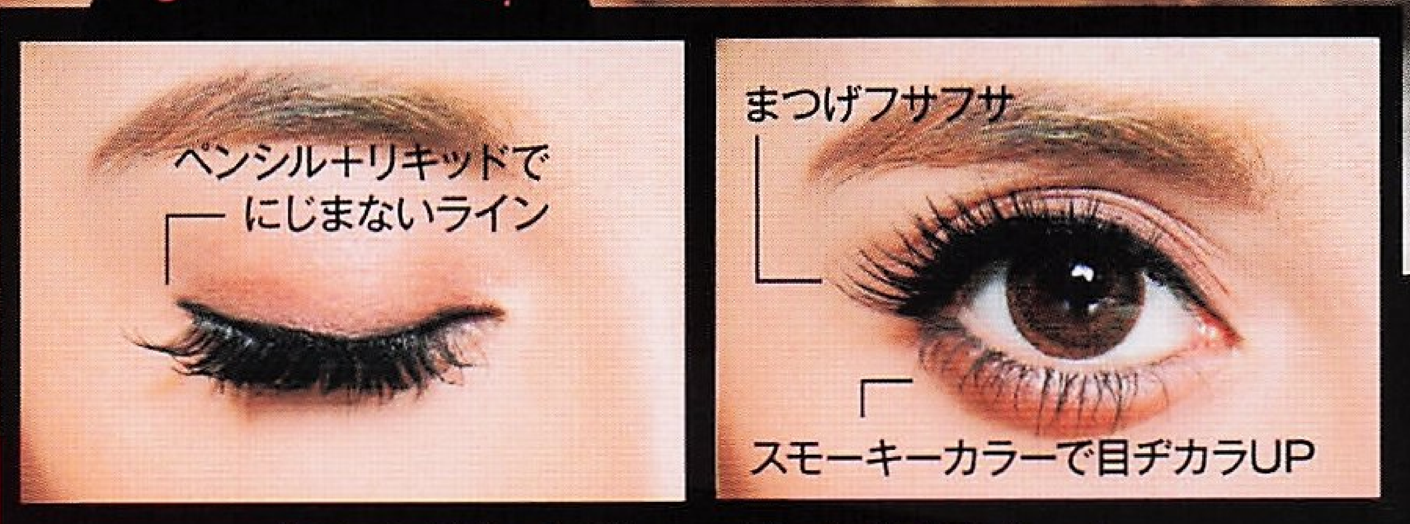
1 クマにハイライト✧
下まぶたの広い範囲にAのaをのせてハイライト代わりに。ほんのりブライトアップしてクマを消す

2 眉下以外にベージュを
Aのbとcをまぜて眉下以外を外したまぶた全体にのせる感じ。肌色よりワントーン暗い色で陰影を

3 二重幅にブラウン
Aのdを二重幅にON！ ラメ入りのゴールドブラウンはまぶたにツヤが出て、目を閉じてもキレイ✧

4 下まぶたはベージュ♥
Aのcを涙袋全体にのせる。ピンクがかったベージュはくすみを飛ばしてくれるし引き締め効果も✧

こだわり解説！



カラコンはキャンディーマジック。色忘れた…

Item



A:NARS issist EYE PALETTE、B:シャネル ル クレイヨンコール61、C:エム・エス・エイチ ラブライナー<ブラック>、D:バニラバースデー スイートシリーズNo.1 さっぱりナチュラル、E:メイベリン ザ カラサル ボリュームエクスプレスWP ブラック

甘口 Saki's eye

ブラウン&涙袋で守りたくなる女になる！

ひなのちゃんやアリアナ・グランデみたいなキュート女子が好き♥ ラインをブラウンにしたり、薄シャドーで甘フェイスを意識してる



イルミネーションよりもキラリ〜ン✧輝きたい

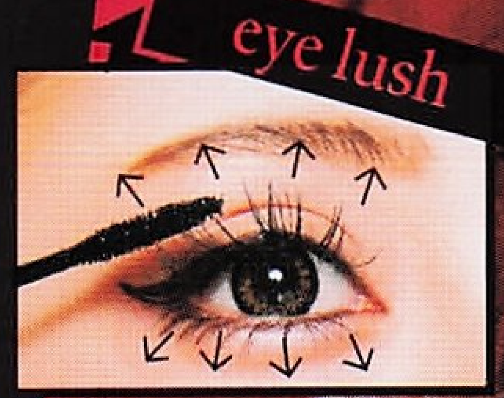
ヨガインストラクター（28歳／東京都）独身・子供なし
真優川 咲さん

eye line



描きまつげでタレ目
Dのブラウンライナーで上はハネ上げ、下はキワを埋めたら目尻に4本外側へ流すように描きまつげ

eye lush



まつエク+マスカラ✧
上はCCカール12〜13mmを両目で140本、下は7mmを両目で40本つけてる。さらにEを重ねてるよ

eye shadow



1 眉ペンで涙袋を強調
Aの眉ペンで涙袋の下に線を描く。目頭と目尻はつなげずに書くと立体感が出てぷっくりするよ♥

2 ベージュで目を囲む♪
Bのaでアイホール全体と下まぶたの目頭〜目尻までのせる。パールベージュはツヤが出てキレイ✧

3 二重幅に薄ブラウンを
赤味のあるBのbを二重幅にサササッとのせていくよ。薄くぼかしていくのがナチュラルに見せるコツ✧

4 ピンク&パールで甘く♥
下まぶた全体にCのピンクをのせたら、Cのパールホワイトを涙袋の中心にいれてツヤメキUP✧

Item



A:ビボ アイフル マユズミA ライトブラウン、B:M·A·C LOOK IN A BOX FACE KIT ベージュ、C:パラドゥ レディライクアイズN PK01、D:ダンダ リアルリキッドライナー ブラウン、E:スカルプDボーテ ピュアフリーアイラッシュ ブラック

こだわり解説！



カラコンはVivian スイートブラウン



えくぼと下まぶたにキュン♥キラースマイルが最強武器😊

水野祐香さん
ライター&TOKYO NADESHIKOブロガー（35歳／東京都）既婚・子供なし

甘口 yu-ka's eye

下まぶたにピンクを仕込んでホッ♥とする女になる！

ピンク下まぶたのうさちゃんメイクが流行ってるから30代向けにアレンジした✨ 目が丸いから、キャッツラインでヨコ幅を盛るよ♥

eye line



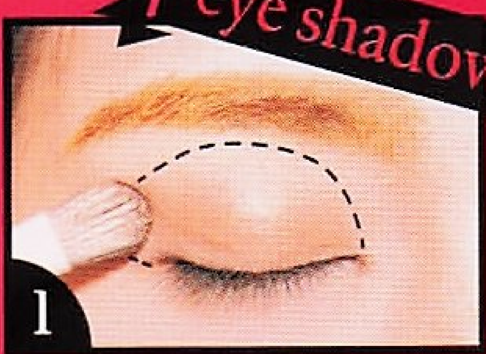
目尻はガイドラインを
ハネ上げは下まぶたの目尻と眉尻を延長線上に引いて、上ラインを後から描き足すと引きやすいよ😊

eye lush

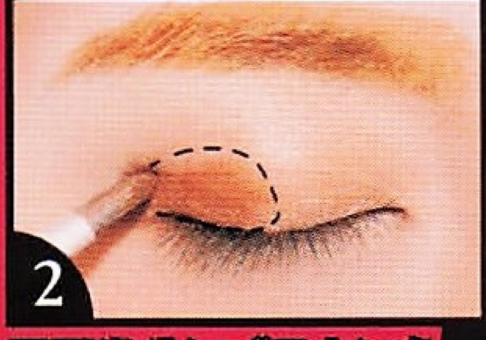


下まぶたは丁寧に♪
Eのつけまをフルでつけたら、Fのマスカラを。下は自まつなので、丁寧に何度も重ねてボリュームUPする✨

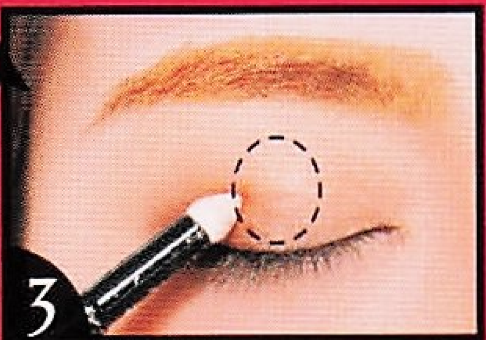
eye shadow



1 アイホールにツヤ感✨
Aのaをアイホールより少し広めにON。ベースカラーをのせると重ねた時の発色がよくなるよ😊



2 目尻半分にブラウンを
Aのbを図のように目尻側半分に入れて引き締め😺 目頭側にのせないことで目にヌケ感が出る✨



3 まぶたにキラキラ✨
Bのピンクラメを上まぶたの中央にのせて、境い目をなじませつつキラキラ✨ ほんのり光るのが◎！



4 下まぶたはこってり♪
Cのピンク→Aのa順でブラシにのせたら、下まぶたの目頭〜目尻まで太幅でのせてキュートな印象に♥

こだわり解説！





カラコンはGeeenie 桃玉

Item



A:ドーリーウインク アイシャドウ No.4 シャイニーブラウン、B:ドーリーウインクポイントラメ No.1ピンクラメ、C:ドーリーウインク アイシャドウ 02 グレーピンク、D:ケイト スーパーシャープライナーS BK-1、E:ダイヤモンドラッシュ ヌディークチュールシリーズ アリュールeye、F:オペラ マイラッシュ①漆黒



ふっと目が合った瞬間に、恋のカウントダウン始まる✨

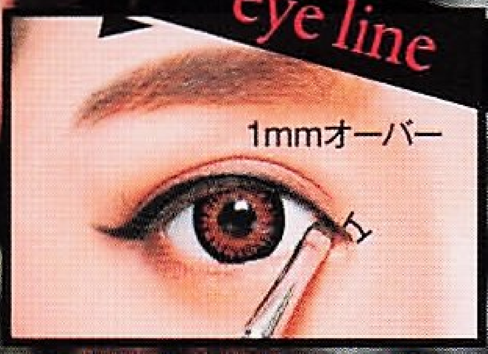
杉山佳那恵
専属モデル（29歳／東京都）独身・子供なし

辛口 Kanae's eye

目頭&目尻を足してまなざしがエロい女になる！

撮影やイベントなど気合いの入る時は上下つけまで♪ アイシャドーやまつげで目尻側にボリュームを出すと流し目になってエロい♥

eye line



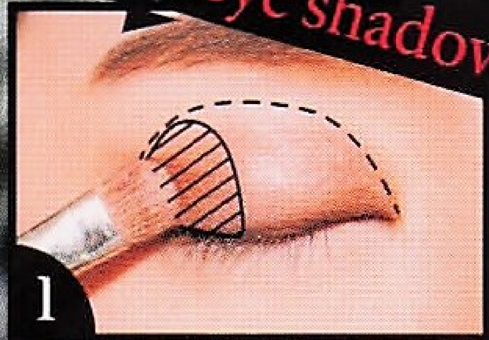
目頭&目尻をちょい足し
Dのジェルライナーでアイライン♪ 目頭を少しオーバーに引いて、目尻をハネ上げるとセクシーになる♥

eye lush

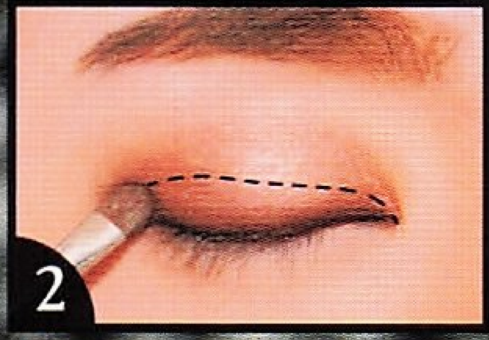


上下つけまで目ヂカラ
自まつげが薄いからつけま命★ どっちもフルでつけるんだけどチクチクしないように目頭は離してつける。

eye shadow



1 流し目アイシャドー✨
Aの左をアイホール全体、Aの右を目尻側にナナメにのせて、横に流れるような流し目を演出するよ😺



2 ブラウンで引き締める
Bのマットブラウンで二重幅の3分の2にラインっぽくのせる。引き締め効果があるから目ヂカラUP✨

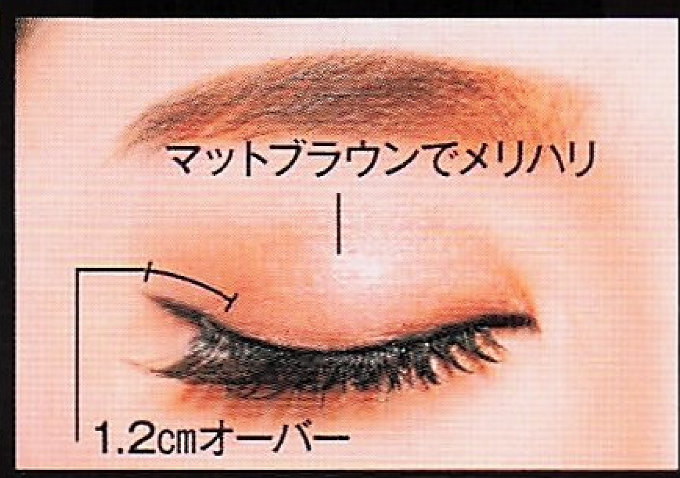


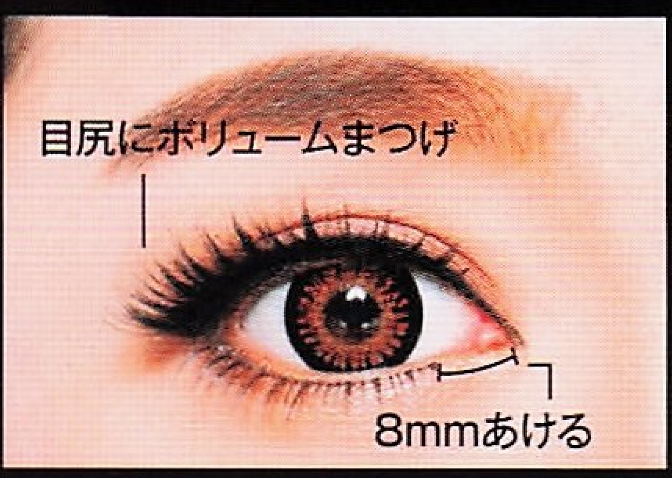
3 下まぶたの目尻に影を
②の残ったシャドーを下まぶたの黒目手前〜目尻にカーブをつけるようにのせて、目尻を重く仕上げる。



4 下まぶたにキラキラ✨
Cの左を下まぶたの目頭〜目尻に。ゴールドラメ効果でふくらみのない涙袋があるように偽装できるよ😊

こだわり解説！





カラコンはオペラシリーズ　ブラウン

Item



A:NARS デュオアイシャドー3057、B:M·A·C プロ ロングウェアアイシャドウ メイクユアマーク、C:NARS デュオアイシャドー3067、D:イヴ・サンローラン クリーム アイライナー エフォシル No.1、E:デコラティブアイラッシュ プレイセクシー#7、F:ダイヤモンドラッシュ リトルウィンクシリーズ ハニーeye

甘口 Sawa's eye

目尻&まつげフサフサで抱きしめたい女になる！

薄いグレーを重ねたグラデはブラウンより印象的な目になる✧ 上まつげをフサフサにすると目がまん丸になってかわいい印象に変化♥



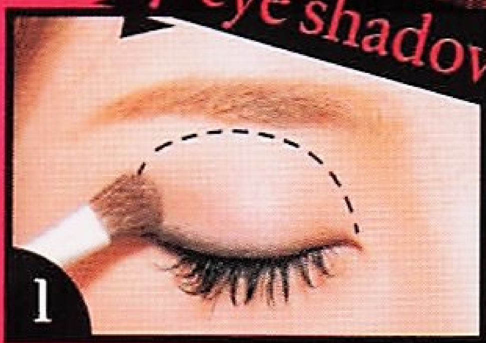
飲食店コンサルタント（30歳・東京都）
独身・子供なし
山上紗和さん

eye line

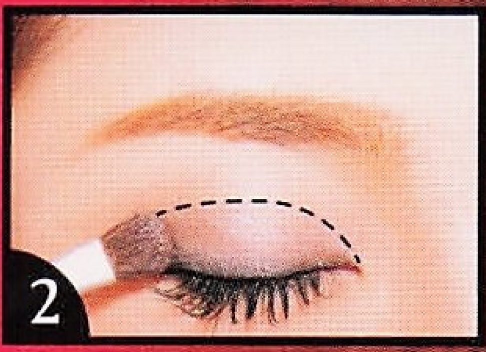


最初にペンシルライン
シャドー前にBでラインを下描き。目尻側へ向かって太く、くの字になるように下まぶたの目尻にも引く！

eye shadow



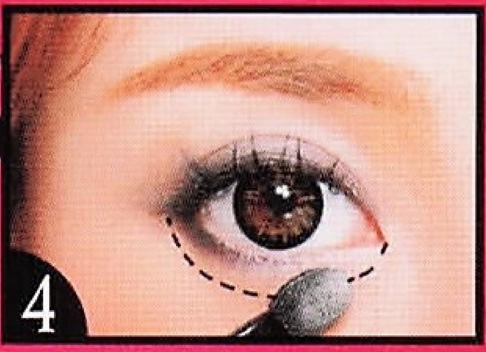
1 薄グレーをアイホール
Aのaをアイホールより広めにのせる。パール入りだから濡れたようなツヤまぶたになってキレイ✧



2 中間のグレーをON
アイホールの半分ぐらいの幅にAのbをのせる。まぶたにさりげなく奥行が出てツヤもキープするよ



3 二重幅に濃いグレー
二重幅にAのcをのせて眠そうなまぶたを引き締め★ 最後にササッとブラシでぼかしてグラデにする



4 下まぶたにはホワイト
Aのdを下まぶたの涙袋にON！ 最初にペンシルでラインを引くから、ラインをぼかすと影っぽくなる

eye lush



まつエクの向きを調整
上はCCカールの11～13mmのまつエクをつけてる！ さらにDをプラスしてマスカラで毛流れを整えるよ

Item



A:ケイト カラーシャスダイヤモンド BK-1、B:ビボ アイフル アイライナー ブラック、C:ケイト スーパーシャープライナーS BK-1、D:ダイヤモンドラッシュ×ドン・キホーテ ヒットシリーズ 009スイートロング、E:リトルウィッチ もてますカラ モイスチャーVo

こだわり解説！





カラコンはMooN グリッターブラウン

辛口 MERI's eye

ベージュ×ゴールドで連れて歩きたい女になる！

マットシャドーが人気だけど、34歳のくすみ目元はラメ入りで蘇る✧ 目のヨコ幅があるから下まぶたシャドーでタテ盛りしたい



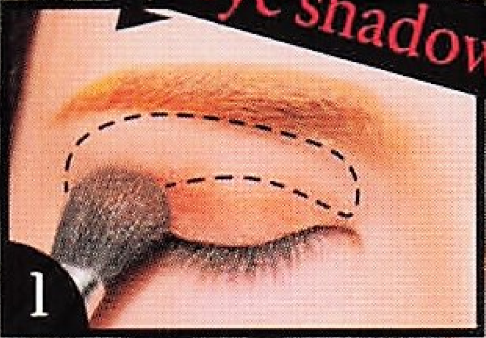
主婦&TOKYO NADESHIKOブロガー（34歳・東京都）
既婚・子供なし
MERIさん

eye line

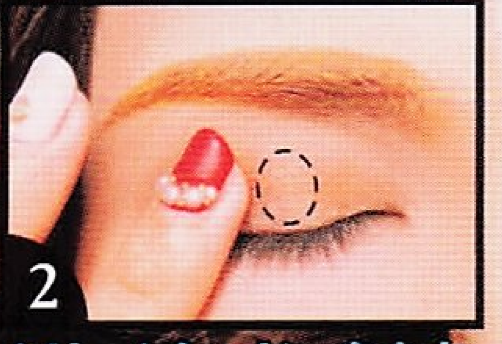


キワを埋めるの大事★
Cで中太ハネ上げラインを引いたら、まぶたを引っ張って粘膜のスキマを埋める！ これが目ヂカラの秘訣✧

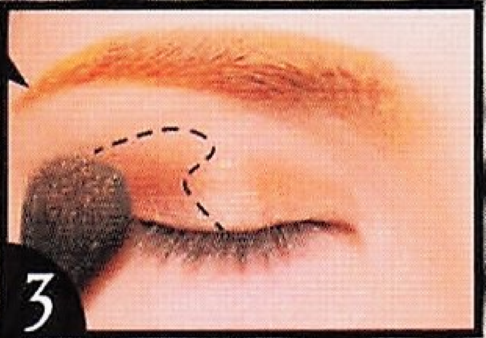
eye shadow



1 上まぶたにグラデ作り
Aのaをまぶた全体にのせてくすみを飛ばしたら、Aのbをアイホールに重ねてブラシでぼかしていく。



2 クリームシャドーを中央
パール&ラメが効いたBのクリームシャドーを上まぶた中央に。目にヌケ感が出てキラキラするよ



3 目尻にブラウンを重ねる
③のキラキラ部分とかぶらないように目尻側へAのcをのせる。横長のグラデがオトナっぽくて私好み♥



4 下まぶたもグラデに✧
Aのcを目尻側のキワ部分、Aのbを目頭～目尻に重ねてグラデにする ラメゴールドはくすみ消しに◎！

eye lush



つけまは目尻をカット
フルでつけると重たいし目頭がチクチクするから、Fの目尻側2束をカットしてから目尻に合わせて装着♪

Item



A:ケイト ブラウンシェードアイズ BR-5、B:ドーリーウインク クリームアイシャドウ01ゴールド、C:ケイト スーパーシャープライナーS BK-1、D:エム・エス・エイチ アイズクリーム ダブルマスカラ ボリューム、E:デジャヴュ ラッシュノックアウトR ダイナマイトブラック、F:ダイヤモンドラッシュ リトルウインクシリーズ ウインクeye

こだわり解説！





カラコンはGeeenie 金狼



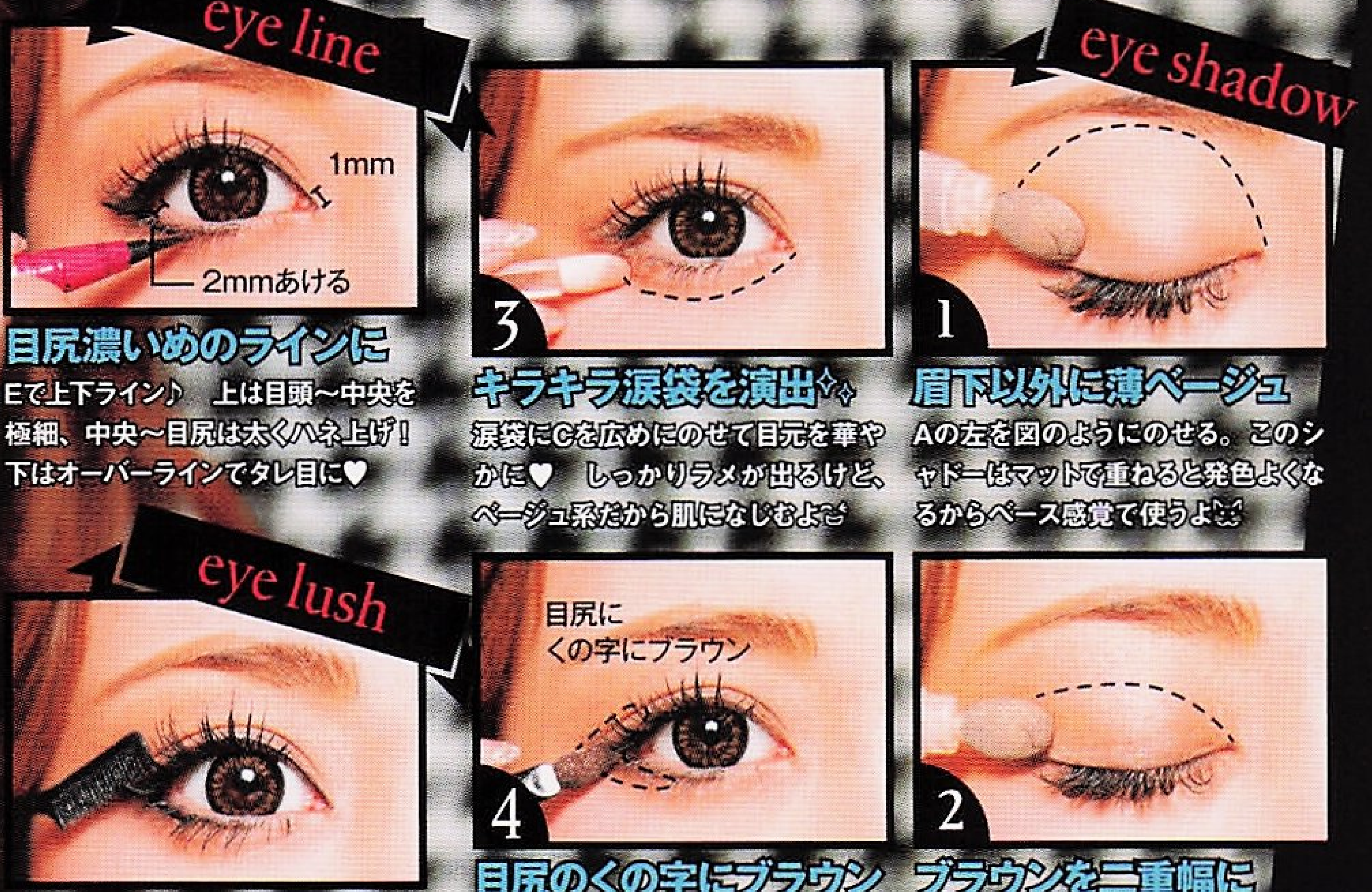
ギャルっぽいメイク卒業 大人っぽくイメチェンした!✧

美咲さん
Vivianカラコンプロデューサー(31歳/東京都)
独身・子供なし

辛口 misaki's eye

まつエク&キャッツラインで目をうばう女になる!

ダーク系ヘアカラーにしてメイクも大人っぽく シャドーはマットなベージュ系でなじませて、まつげ&ラインを目立たせたいの♪



eye shadow

1 眉下以外に薄ベージュ
Aの左を図のようにのせる。このシャドーはマットで重ねると発色よくなるからベース感覚で使うよ

2 ブラウンを二重幅に
Bの右下のブラウンを二重幅に薄く重ねるよ。あんまり濃くしたくないから、ササッと1〜2回のせる感じ♪

3 キラキラ涙袋を演出✧
涙袋にCを広めにのせて目元を華やかに♥ しっかりラメが出るけど、ベージュ系だから肌になじむよ

4 目尻のくの字にブラウン
Dの上から3番目のダークブラウンをくの字にのせて、目のヨコ幅を出しつつ優しい顔に演出するよ✧

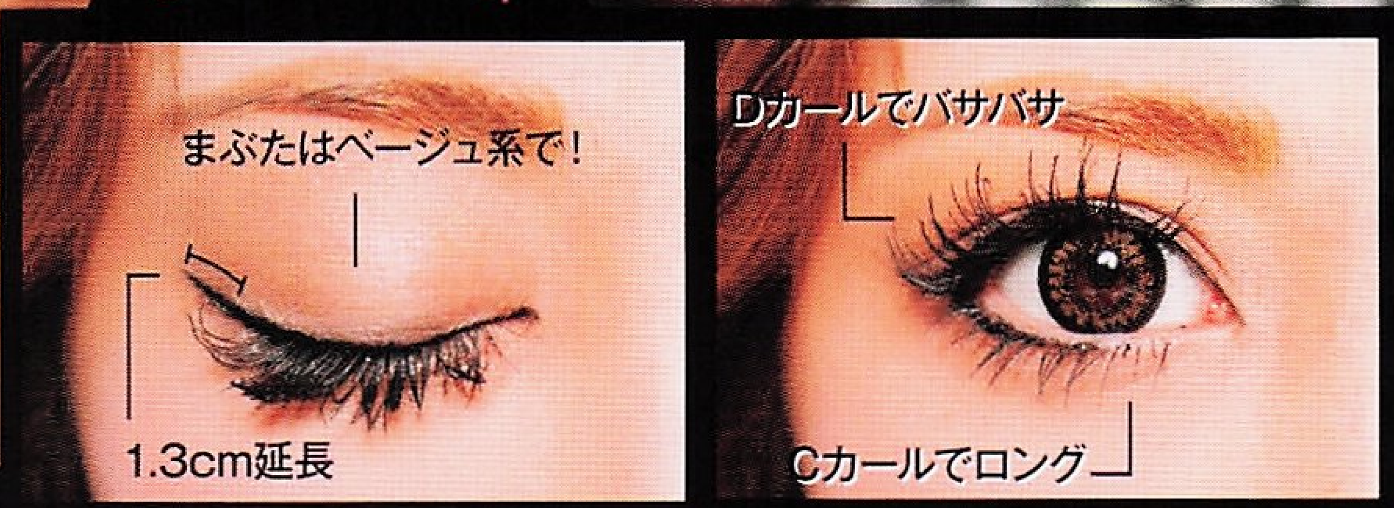
eye line

目尻濃いめのラインに
Eで上下ライン♪ 上は目頭〜中央を極細、中央〜目尻は太くハネ上げ! 下はオーバーラインでタレ目に♥

eye lush

コームで毛流れを整える
最近はまつエク 上はDカールの11〜12mm、下はCカールの12mmを! FでボリュームUPするよ♥

こだわり解説!



カラコンはVivian スイートブラウン

Item



A:NARS デュオアイシャドー3018、B:M·A·C ミネラライズアイシャドウ ブロンズセッツ、C:LA DIAMOND シングルアイシャドウLAE03 、D:リンメル ショコラスウィートアイズ003、E:デジャヴュ 密着アイライナー ラスティングファインRNリキッドアイライナー グロッシーブラック、F:ケイト エアジェル ボリュームマスカラBK-1

甘口 ayaka's eye

ブラウングラデ&タレ目尻で品のいい女になる!

キレカワ系のお姉さんメイクが憧れ♥ 元の目が小さくてツリ目なのでヒマさえあればマスカラを重ねて、夕方には華やかな目元に



eye shadow

1 アイホールに薄ベージュ
そのまんまの発色が出るAをアイホール全体に。重ねるシャドーのノリもよくなるし、仕上がりがキレイ✧

2 二重オーバーにブラウン
Bのブラウンを二重より少しオーバーにのせる。まぶたが重いのでしっかりと濃いブラウンで引き締め✧

3 黒シャドウでライン風
二重の3分の1ぐらいの幅にCをライン風にON! 目ヂカラがUPするので華やかな目元になります

4 タレ目風の目尻にする
下まぶたの目尻にCで丸くカーブをつけながら影シャドー ツリ目なのでかわいさをプラスしたい♥

eye line

下の粘膜を埋めるよ♥
黒目がちな目になりたいから上ラインをEで引いた後に、下まぶたの黒目〜目尻のキワにDでインライン

eye lush

つけまで華やかさをUP✧
普段はCカールのまつエクだけなんだけど、スペシャルな日はFのつけまをフルづけ♥ さらにGを重ねて。

古橋綾香さん
歯科医療事務育休中(31歳/東京都)
既婚・息子1人



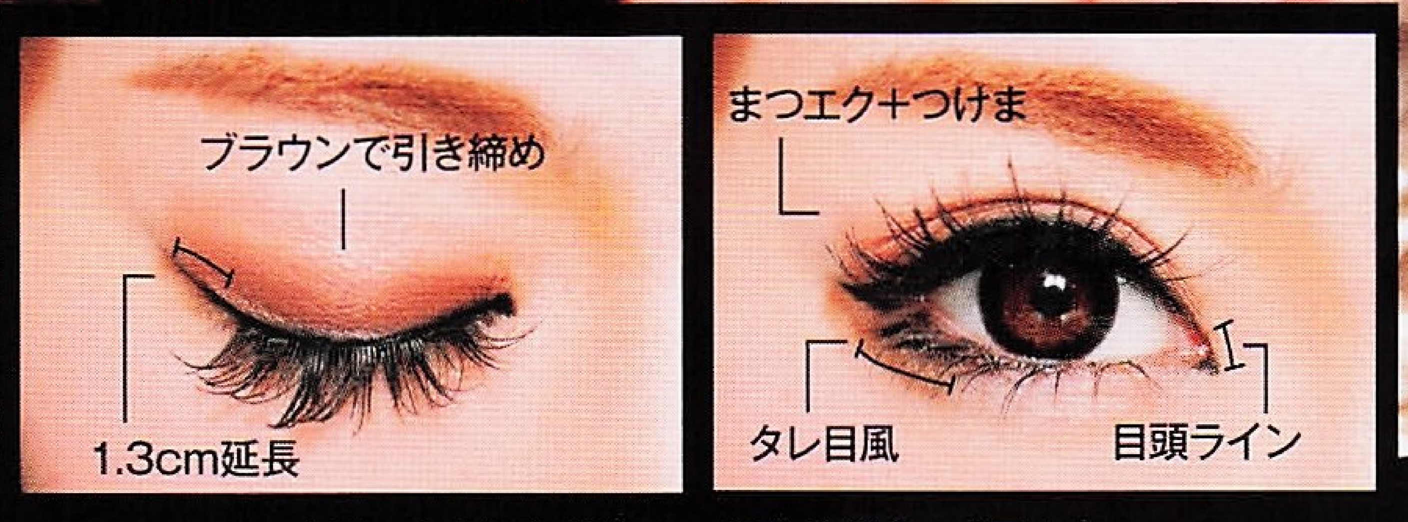
殿方が最後に見初めるのは 品の良さと清潔感でしょ✧

Item



A:シャネル オンブル エサンシエル シャージュ85、B: シャネル オンブル エサンシエル シャージュ73、C: シャネル オンブル エサンシエル シャージュ69、D:ケイト スリムジェルペンシルBK-1、E:レアナニ ウォータープルーフリキッドアイライナー ブラック、F:ジュエリッチ ピュアシリーズ No.10、G:K-パレット 1DAY ラッシュパーマ LC01

こだわり解説!



カラコンはベイビーアイズベイビーブラック

“写真を撮る”美容法が新ブームとしてキテます!!

奇跡の一枚で女子力UP♥

年齢を重ねるごとに増えるのが「自分磨きをするにも、目指す方向性がわからない💧」という悩み。そんな人はプロのカメラマンがいるスタジオで写真を撮るという美容法にトライ！　新しい表情を探していけば、モデル並みの美貌が手に入るかも!?

PHOTO_Fumitaka Kusumi
HAIR_Yuko Oshita (Cintia.)
EDIT&TEXT_Hironeko-A

モデルのキレイの秘密も写真を撮られることにアリ！

こんな人にオススメ！

- ●自撮りがいつも同じ顔
- ●普通の写真だと盛れない
- ●ポーズが古臭い＆ダサい
- ●似合うメイクがわからない
- ●女として自信が持てない
- ●他人目線のかわいいが知りたい
- ●モデル気分を味わいたい

などなど



専属モデル（31歳／東京都）独身・子供なし
桜井莉菜

専属モデル（31歳／東京都）独身・息子1人
早川沙世

人に見られる＆提案してもらうことで自信も魅力も大幅UP♥

莉菜の場合　自分を客観的に見ることでヤバい部分を改善できる！

自己満の写メやプリクラを自分だと思い込むと、現実を見たとき凹む💧　スタジオなら現実を直視しながら、スタッフさんたちと本当に盛れる自分を研究できる♥

沙世の場合　新しい自分のスタイルを見つけるのが楽しくなる

プロのカメラマンが盛れる表情や角度を教えてくれるから、普段と違うメイクや服にも挑戦しやすい♪　かわいいの幅も広がって、常に新鮮な自分でいられる★

アラサーだからこそ最高の1枚を撮っておくべき

昔の写真を見て「イケてない」って凹む人は特に！　老化する前にキレイな1枚を撮っておいたほうが記念になるし美意識UPにも繋がる★

アラサーの私たちがあえてスタジオで写真を撮った理由★

●婚活サイト登録のため。盛れてる方が婚活に有利だから♥
(優奈さん、28歳／神奈川県、独身・子供なし)

●旦那とのマンネリ解消に★　盛ったら久々に女を思い出した(笑)。
(あきさん、32歳／千葉県、既婚・息子2人)

●彼との記念日の1枚に。プリクラだと顔が不自然になるから。
(早苗さん、34歳／東京都、バツイチ独身)

とゆーことで、モデル気分で気軽に盛れる写真が撮れると人気の

撮影スタジオ ブリリアンジュールさんへ取材に行ってきました♥

なぜオープン直後なのにリピーターが多いのか？　その秘密を潜入レポート！



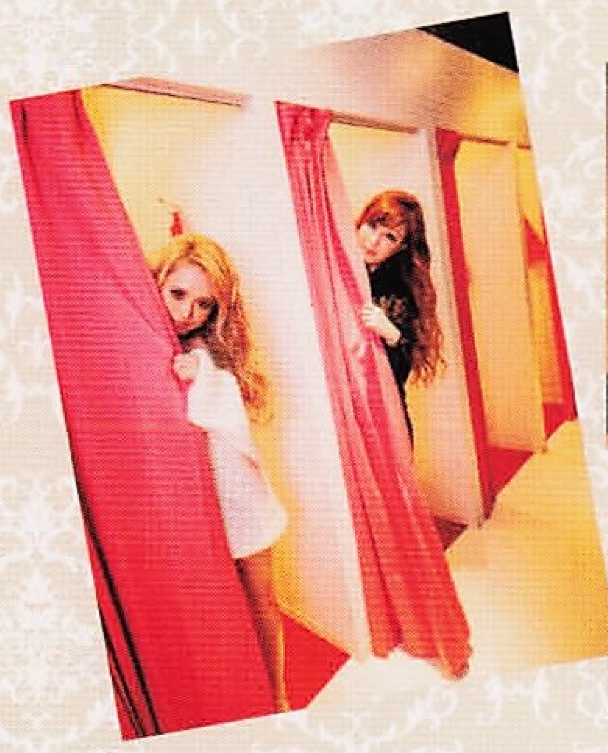
キラキラのドレスショップも併設♥

華やかなドレスや、セレブ系コーデにハマる小物がズラリ！　海外のショップみたいでアガる〜★

髪のセットもネイルもできる!

歌舞伎町で人気のサロン「Musk」と提携。予約時に申し込めば、髪のセットもネイルもできる♪







ドレスの無料レンタルやキレイな更衣室もアリ

エレガント系〜キャバ系までいろいろあるので、普段ドレスを着ないコも必見。もちろん衣装の持ち込みもOK★



取材そっちのけでご試着祭り♥

「ヤバっ、かわいい!!」とはしゃぎながら2人とも売り場をぐるぐる♪　よく似合ってるけど、取材も忘れないで〜★



入口も内装も超ゴージャス★

お城みたいな雰囲気に、莉菜も沙世も大興奮！　ゴージャスに輝くシャンデリアの前で早速記念にパチリ♥





撮った写真はプロに修正してもらえる！

写真を見ながらスタッフに注文するだけだから簡単。レタッチ(修正)スペースが広くておしゃれなのもいい感じ！



パンプスも超キラキラ♥

日本のお店じゃなかなか出会えないデザインの靴も豊富！　形がいいからスタイルも盛れそう★



シミもくすみも飛ばす巨大ライトを発見!!

このお部屋もスタジオ。中央には巨大ライトがドーン！　使うと超美肌に映るらしい★

自分磨きに迷ったときに効果テキメン！

人生変えちゃう



（沙世、莉菜共通）チェックツイードパールジャケット¥13,500、ショートパンツ¥5,750／ともにDelyle NOIR渋谷109店



ドレス¥15,200
／エオストレ

沙世&莉菜が体を張って撮影体験！

本日のベストショット♥

さーて最後は「劇的に盛れる！」というウワサを我が身を持って検証。莉菜&沙世流の盛れるテクもこっそり教えちゃいます♥



ドレス¥19,500
／エオストレ



莉菜のイチオシは

おそろコーデの双子ちゃんカット♥

友達とおしゃれ写真を撮るときのテッパン！　プリクラよりキレイで自然だし、データをもらえるから末長〜く保存できる♥



沙世の盛れる写真を撮るコツ

失敗を恐れないでいろんな角度に挑戦

撮る写真全部を盛るのはプロでもムリ！　変顔でもいいから、目線や顔の角度をいろいろ変えた方が最高の一枚に出会いやすい♥　修正も可能だから気楽にね♪



莉菜の盛れる写真を撮るコツ

写りに納得いくまで1カットずつ確認

盛れてる顔が見つかるまではマメにモニターをチェック！　勢いで撮り過ぎると盛れてない写真を一気に見るハメになって、精神的ダメージを受ける可能性大やで！



料金は

修正代込みで 1カット 5,000円〜

スタッフに言えば撮った写真を使って、写真名刺やポスターを作ることも可能！(ともに別料金)。ヘアセットやネイル(各別料金)を希望する人は、予約時にひとこと伝えてね！

★撮影の種類

1. バストアップ	上半身の撮影（顔〜ウエスト）
2. フルアップ	全身撮影
3. セット	バストアップとフルアップのセット
4. イメージカット	背景を変えるアイテムを使ってデザイン写真を撮る

★料金プラン（税抜き）

・バストアッププラン	1カット	5,000円
・フルアッププラン	1カット	5,000円
・セットプラン	2カット	9,000円







夜のちょうちょの間でも盛れる♥と大人気！

自分の写りに厳しいちょうちょたちも「盛れた」と納得！　会心の一枚のほんの一部をご紹介♥

撮影スタジオ
BrillanJours
—ブリリアンジュール—

㊟東京都新宿区歌舞伎町2-23-1　風林会館3F
☎03-6380-2355
㊫15：00〜23：00（最終受付21：30）　㊡日曜・祝日
ブリリアンジュール　で検索

あのTIクリニックが
表参道にカフェを
OPEN♪

美肌も脂肪燃焼もアンチエイジングも!!
もちろん食欲も満たされる♥

TI.CAFEでわがまま女子会♥



「からだの中から健康に、キレイに」をコンセプトに TI クリニックがカフェをオープン。美容にいいお料理で、しかも太りにくいとあって美意識の高い女性の間で早くも話題♥　イベント満載のこれからのシーズン、安心して外食が楽しめるお店としても要チェック！

PHOTO_Masahiko Nakatsu EDIT&TEXT_Midori Sasaki

消化器科の専門医でもある
田原院長プロデュース♥

TI.CAFEができました♥

最強リフトアップマシン「ダブロ」の第一人者としてお馴染みの田原先生が、消化吸収の専門家としての医学的知識からメニューを考案♥　効能で選べるスムージーカクテルをはじめ、無農薬ぶどうで作られるビオワインなど健康を考えたお酒のラインナップも充実!



TI クリニック院長・
医学博士
田原一郎先生

こだわり1 抗酸化・抗糖化にこだわる

抗酸化、低GI にこだわった抗老化食材を厳選!　ちなみに糖化とはタンパク質が糖と結びついて変性することで老化を促進する要因。

こだわり2 すべて低GIメニュー

血糖値の急激な上昇は脂肪のもと!　血糖値の上昇がゆるやかな低GI 食材を中心に、素材の組み合わせや食べ順で低GI 料理を提供♥

こだわり3 契約農家の有機野菜

料理やスムージーに使われている野菜は、契約農家に特別に栽培してもらった有機野菜が中心!　さらに卵もすべて地養卵を使用♥

こだわり4 料理&スイーツにはてんさい糖を使用

血糖値が上がりにくくミネラル豊富な“てんさい糖”を使用。原料のさとうだいこんは寒冷地の野菜なので体を温めてくれる効果も♥

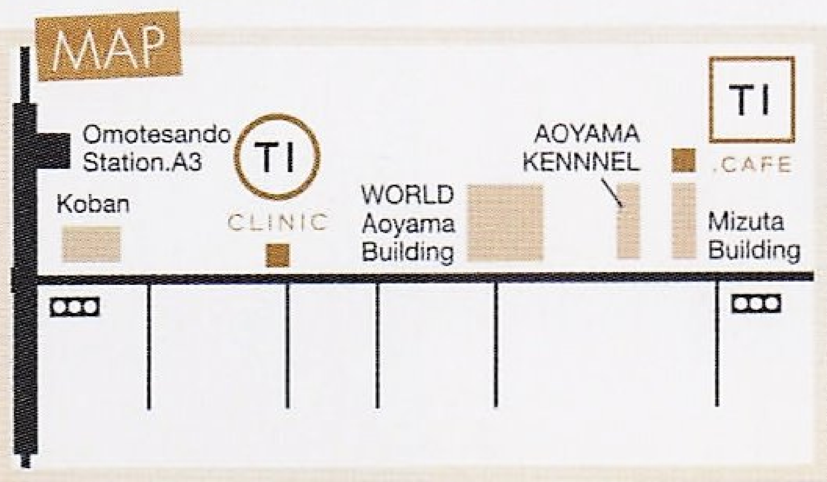


TI.CAFE（ティーアイドットカフェ）
東京都港区北青山3-5-9 マネージュビル4F
☎03-3403-3070
平日
ランチ 11:30～15:00　ディナー 17:30～23:00
土曜・祝日
ティータイム 14:00～17:00　ディナー 17:00～23:00
定休日 日曜日（＊月曜が祝日の場合は日曜営業）
http://www.ticafe.jp/

外側からのケアはこちら♥

TI CLINIC（ティーアイ クリニック）
東京都港区北青山3-5-17 はる木ビル4F
☎0120-18-9270
http://www.ticlinic/

MAP



美容効果を高める「姉的食べ合わせ」田原院長に処方してもらいました♥

よみがえれ美肌！ 若返りのりなコース

アボカド&サーモン♥
抗酸化サラダ



野菜に海藻にと多品目!　前菜として先に食物繊維を摂ることでさらに血糖値の上昇がゆるやかに♪／¥1,380

↓

自家製薬膳味噌ソースが絶品
エイジングビーフの味噌漬け焼き



美肌に欠かせないタンパク質は牛肉の赤身ステーキで。寝かせることで旨味を引き出した熟成ビーフ♥／¥2,460

↓

もちもち生パスタにうっとり
全粒粉の抗糖化パスタと生うにと白と緑色アスパラのクリームソース



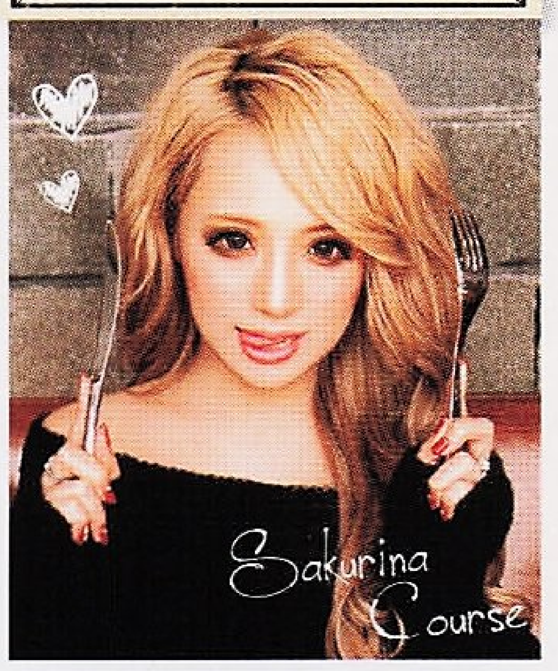
糖質と脂質の吸収を阻害するアスパラ入りのクリームソースに抗酸化食品のうにを贅沢にトッピング。／¥2,100

至福のスイーツはシェアしたい♥

アーモンド風味のフォンダンショコラ バニラのアイスクリーム添え



アーモンドには抗酸化作用が高く美肌に効くビタミンEが豊富!　バニラアイスはお店の手作り♥／¥1,000



脂肪燃焼むくみ解消！ 代謝改善かなえコース

生姜と豆乳で燃焼サポート
代謝UPスープ



アミノ酸、ビタミンB群、ヨウ素、マグネシウムが豊富なクラムチャウダーは、3種の国産2枚貝を使用。／¥900

↓

基礎代謝を強力サポート！
サーモンの塩麹焼き チェリートマトと大葉を効かせたネギソース



代謝を高めるアミノ酸とヨウ素、筋肉の維持に必要なビタミンDたっぷりのサーモンがメインディッシュ。／¥1,560

↓

もっちり五穀米も美味♥
こだわり野菜とさつま純然鶏のヘルシー薬膳カレー



通常の鶏肉に比べ、タンパク質、ミネラル、ビタミンが豊富な地鶏と、根菜と生姜のヘルシーカレー♥／¥1,500

ほんのり豆乳風味のティラミス セミフレッド仕立て



マスカルポーネチーズのアミノ酸で代謝アップ。豆乳とてんさい糖使用で脂肪がつきづらいティラミス♥／¥700



出会いは
いつ訪れるかわからないから
いつだって120%の自分でいたい❤



クリニックから
ヘアサロン、まつエク、
ネイル、エステに
タトゥまで❤

姉ageha
読者特典
つき!!

イベントシーズン、困った時の駆け込み寺!!

冬のキレイを磨く!!
全国厳選14スポット❤

ただでさえ忙しい年末年始。何かと人と集まる機会が多いから、いつも以上にオシャレと美容は手を抜けないよね💧 そんな時、役立つビューティースポットを集めました❤ 姉ageha読者特典もあるから、おトクにキレイになっちゃおう✧

PHOTO_Kazuhisa Niitsuma[P91] HAIR&MAKE_Takemasa[P91] EDIT&TEXT_Mai Komuro, Asuka Ueno

クリニック

たった30分で目&唇をボリューミーにしてくれる魔法のクリニック♥

メディカルプラスクリニック新宿

東京

北里大学形成外科・美容外科の講師で美容の専門スタッフを務めていた経歴があり、日本では有数の美容外科専門医の資格を持つドクターが院長。1カ月以内1回なら無料のアフターケアがあるボトックスやヒアルロン酸注入も評判♥　その他、ビタミンや有効成分を肌にダイレクト浸透させる「Wビタミントリートメント」などのオリジナル治療なども行っているよ♪



クリニックの人気メニュー♥

アーモンドアイ ¥10,000／30分



ボトックスを注入し、下まぶたを少し引き下げ、目をパッチリとさせてくれる♪　メスを使わないから、手術が怖いという人も安心して治療が受けられるよ！

アヒルロ ¥35,000／30分



ボトックスで口角を上げ、ヒアルロン酸でボリュームのあるぷるんとした理想の唇になれるお手軽プチ整形。効果や満足度に応じて追加注入や修正を無料で実施中♥

Salon Data
東京都渋谷区代々木2-7-8
東京南新宿ビル6F
☎03-5354-6381
㊢10:00～13:00、14:30～19:00
（ボトックス・ヒアルロン酸は18:30まで）
㊡なし（年末年始12/30～1/4は休診）
㊄完全予約制
http://www.medical-plus.jp

姉ageha読者特典

予約時に「姉agehaを見た」と伝えると…

初診料 ¥3,000が無料に！

有効期限：2015年3/31まで

ヘア

開業10周年を迎えた満足度120%のトータルビューティーサロン♥

HAIR SALON AQUA

ヘアーサロン アクア

仙台







定禅寺通の緑に囲まれた癒し空間にたたずむ、席数20の大型店。ケラチン繊維の強度を高め、髪の毛のハリやコシアップを助けたり、艶髪を目指す人に人気のメニューなど、トリートメントの種類が豊富なのが特徴的。カウンセリングに時間をかけることで、個々の要望をしっかりリサーチしてるよ。抜群の提案力で信頼を勝ち取った10年の実績で、地元内外問わず愛される店舗へと成長した、実力派サロン♪

サロンの人気メニュー♥

小顔美顔矯正 ¥5,000／60分



リンパケアでむくみやたるみを改善し、骨格、輪郭の矯正で更なる小顔効果を実感して。「肌細胞の再生」効果のあるスキンケアで、ハリ艶のある肌に♥

ヘアメイク ¥2,000／15分

短時間&低価格で、常に最新スタイルの提案してくれるよ♪　結婚式やパーティ、デート前など、モチベーションアップにも繋がる人気メニュー♥

Salon Data
宮城県仙台市青葉区国分町3-2-5 ゼロキュービル5F
☎022-748-4487（サロン）
☎022-264-0277（ヘアメイク）
㊢サロン10:00～20:00　ヘアメイク16:30～21:30（最終受付）
※ヘアメイクは時間外（6時～）も予約受付（¥2,700～）
※ヘアメイクは1カ月定額¥30,000
㊡不定　㊄完全予約制
http://hairsalon-aqua.com/



姉ageha読者特典

予約時に「姉agehaを見た」と伝えると…

ヘアカラー+トリートメントが（シャンプーブロー込み）
¥12,500→¥8,500

小顔矯正&美顔（60分）+ヘッドスパ（30分）
¥21,000→¥9,000

ヘアメイク¥2,000→¥1,200（初回のみ）

有効期限：2015年3/31まで

ヘア＆まつエク

激安ヘアセットが大好評♥

total beauty salon Aim

トータルビューティーサロン アイム

京都

早くて、上手くて、崩れないと3拍子揃っており、京都という土地柄、朝サロンへ立ち寄って観光へ出かける人も多いのだとか♪　1600円という激安価格で、巻きおろしやハーフアップといったアレンジの効いたプロの技を体感♪



サロンの人気ポイント♥

まつエクも予約受付中♥







女性のリピーターから要望の高かったまつエクメニューをスタート。つけ放題プランもあるから、好みのボリュームに挑戦できるのが嬉しいポイント♥

サロンの人気メニュー♥

ヘアセット

¥1,600／20分

どんな凝った髪型でも要望があれば！専門店だから頑張れる超低価格で、リピーター率が高いのも特徴のひとつ。雑誌の切り抜きなどの持ち込みもOK!

Salon Data
京都府京都市中京区南車屋町282-2
森田ビルディング2F
☎090-5673-2062
㊮6:00～22:00
㊡不定
㊄完全予約制

まつエク＆ヘア

最高級のプラチナセーブル使用♥

Dia Salon

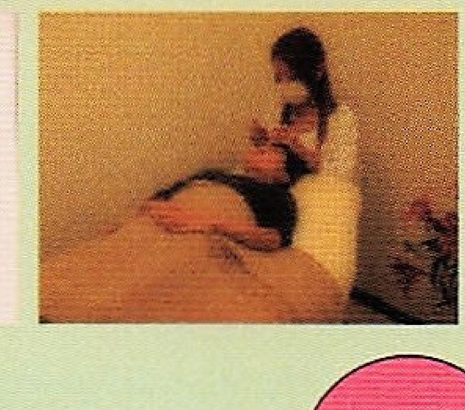
ディアサロン

横浜

400種類以上のミンク、プラチナセーブル、カラーセーブルなど、最高級毛を使用しているので、ナチュラルかつ上質な仕上がりに♪　3週間以上経っても乱れの少ない技術力も人気で、店内は完全個室のプライベート空間だよ♥







サロンの人気ポイント♥

ヘアセットもやってるよ♥



ヘアサロンも併設しているので、まつエク施術後にヘアセットをしてお出かけ、なんてことも♥ セットアップは2625円から、メイクをプラスすると5250円とお手頃価格♪

Salon Data
神奈川県横浜市中区常盤町1-4-2
ランドプール関内3F
☎045-228-8645
㊮平日10:00～20:30、
土10:00～22:30
㊡日・祝
㊄完全予約制
http://dia-salon.com
※近隣に有料駐車場あり

姉ageha読者特典

予約時に「姉agehaを見た」と伝えると…

プラチナセーブル付け放題（130本まで）
¥7,400→¥5,980（初回のみ）

プラチナセーブル、ボリューム付け放題（150本まで）
¥8,900→¥7,980（初回のみ）

下まつげ ハーフ（30本程度）
¥1,800
フル（60本程度）¥3,500

有効期限：2015年3/31まで

まつエク

クリニック提携の安心サロン♥

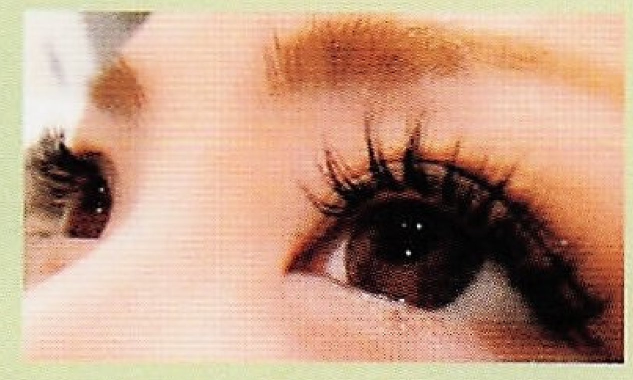
EYELL

アイル

札幌

北海道内初となる「矯正まつ毛エクステ」で、まつ毛を根本から上げて、パーマいらずのパッチリアイになれちゃう新技術を採用♥　提携サロンのクレンジングOKなのも試したい理由のひとつ。まつ毛美容液などのオリジナルコスメも販売。





Salon Data
札幌市中央区南3条西2丁目（狸小路
2丁目アーケード内）N.vicoloビル4F
☎011-596-8721
㊮11:00～22:00、土・祝11:00～19:00
㊡不定
㊄完全予約制
http://eyell.jp/
※カードでの支払いも可（VISA、MASTER）

サロンの人気ポイント♥

美人オーナーがトータルビューティーを提案！





↑美容研究、特殊技術、認定講師、さまざまな技術習得したオーナー♥

↑ラメの色が選べるボディジュエリーはワンポイント800円～。

姉ageha読者特典

予約時に「姉agehaを見た」と伝えると…

上付け放題90分コース（両目約160本）
¥7,900→¥6,000（初回のみ）

上下付け放題120分コース
¥8,900→¥8,000（初回のみ）

ボディジュエリーMサイズ
¥3,700（初回のみ）

有効期限：2015年3/31まで

ヘア

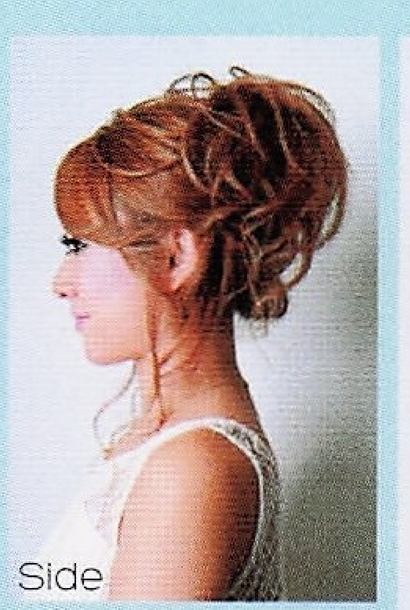
age嬢たちもトリコの専門店♥

e:studio

イースタジオ

東京

女性スタイリストが多い、新宿歌舞伎町で大人気のヘアセット専門サロン。エクステが付いたヘアでもお好みのスタイルに♪ お値段も2500円からとお手頃なので、結婚式やパーティーはもちろんデート前にもオススメ♥







Salon Data
東京都新宿区歌舞伎町1-3-13
第5金嶋ひとみビル3F
☎03-3202-4720
㊮12:00～22:00、
日・祝11:00～19:30
㊡不定
㊄予約優先
http://www.esta.jp/

サロンの人気メニュー♥

ヘアセット

¥2,500／30分



早さが自慢のヘアセットは、TPOに合わせた様々なスタイルを提案してくれるよ。もちろん、ストレートなどの簡単スタイルもOK。対応力の高さが人気の秘密♥

姉ageha読者特典

予約時に「姉agehaを見た」と伝えると…

先着10名様にオリジナルヘアースプレー＆シャンプーをプレゼント

有効期限：2015年3/31まで

ネイル

ハイクラスの技術で大満足♥

Hair & Nail Salon Lacus

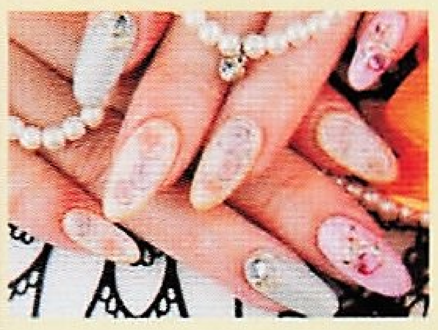
ヘアーアンドネイルサロン ラクス

大阪

トップレベルの技術を持つ「JNA1級ネイリスト」のサロン。得意なデザインはゴージャス&エレガント。ヘアトップスタイリストも在籍しているので、ネイルとヘアカット&アレンジとの同時進行もできちゃう♪







Salon Data
大阪府大阪市中央区島之内2-16-10
ライオンタワー島之内1F
☎06-6211-1881
㊎10:00〜20:00
㊡不定
㊀予約受付中
http://www.lacus-nail.com

サロンの人気ポイント♥

キラキラゴージャス
デコアイテムも販売中だよ♥



ケータイやグラスなど、スワロフスキーを使った小物デコが人気だよ♥ 記念日や誕生日のお祝いにピッタリなデコシャンパンなども好評だよ♪

姉ageha 読者特典

予約時に「姉agehaを見た」と伝えると…
他店オフ無料or¥1,000オフ
ヘアと同時予約で30%オフ
有効期限：2015年1/30まで

ネイル

キュートなアートにやみつき♥

nail salon R`all

ネイルサロン リオール

仙台

手描きアートのリピーターが多く、仕上げの早さ&持ちの良さで人気急上昇中！ 初回&5週間以内のリピートでオフ無料の嬉しいサービスも♥ 色の変更ができる「ジェル定額コース5093円」が人気♪







サロンの人気メニュー♥

スカルプアートし放題コース
¥9,630／3時間30分



初回はなんと1万円以下。持ち込みデザインOKのお得コース♪ ストーン、3D、フラットアートなど、長さのあるゴージャスネイルをぜひ試してみてね♪

Salon Data
宮城県仙台市青葉区本町2-18-22
第三浅久ビル3F
☎022-302-6568
㊎11:00〜22:00（受付は20:30まで）、
日・祝11:00〜20:00（受付は18:30まで）
㊡不定
㊀完全予約制
http://rallnail.wix.com/rallnail

姉ageha 読者特典

予約時に「姉agehaを見た」と伝えると…
ジェルアートし放題
¥9,259→¥7,407（初回のみ）
スカルプアートし放題
¥12,037→¥9,630（初回のみ）
その他メニュー¥500オフ!!
※初回オフ代無料
有効期限：2015年4/30まで

ネイル

激ヤバ♥ キャラアートが人気♥

Nail Salon Grantus

ネイル サロン グランタス

札幌

白と茶を基調としたリラックス空間での施術に定評アリ♪ シンプルなものからキャラアートまで希望のデザインを提案。喫煙者必見、タバコが吸えるサロンは、すすきの駅から徒歩すぐの好立地だよ♥





サロンの人気メニュー♥

¥4,815定額コース



ソフトジェルのオフ込みでこの価格。アートやカラー見本は常時100種類以上を取り揃えているよ。毎月デザインが変わるのでリピートしても飽きがこないのが◎。



Salon Data
北海道札幌市中央区南3条西3丁目15
アルファ南3条ビル4F
☎011-215-0726
フリーダイヤル 0800-800-8849
㊎11:00〜20:00（最終受付は19:00）
㊡不定
㊀予約優先 ※当日予約も可
http://grantus.net

ネイル

口コミで広まった隠れ家サロン♥

Tsume Nail

ツメ ネイル

埼玉

リピーターの8割がスカルプ推しで、パーツはなんと200種類以上と豊富！ カラーの調合が無料なので納得のいく色味を追求できちゃうよ♥ 3人同時施術が可能なので、友達とお喋りしながらもOK♪

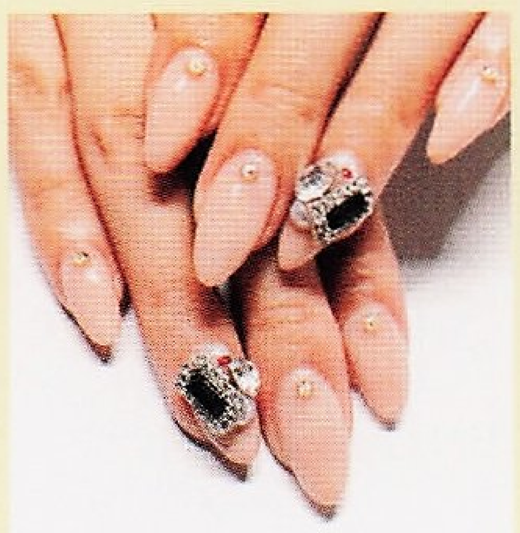






サロンの人気メニュー♥

スカルプやり放題
¥10,000／2時間〜



どんなに飾ってもストーンの追加料金ナシ♥ 視線の集まる爪先を、好きなだけデコっちゃおう♪

Salon Data
埼玉県越谷市北越谷4-3-13-207
☎048-940-0083
㊎11:00〜最終受付19:00
㊡日
㊀予約優先
http://tsumenail.com/
※男性・お子様の同伴はご遠慮いただいております。

姉ageha 読者特典

予約時に「姉agehaを見た」と伝えると…
スカルプやり放題
プラン+フットジェル
¥1,000オフ
有効期限：2015年3/31まで

ネイル＆ホワイトニング

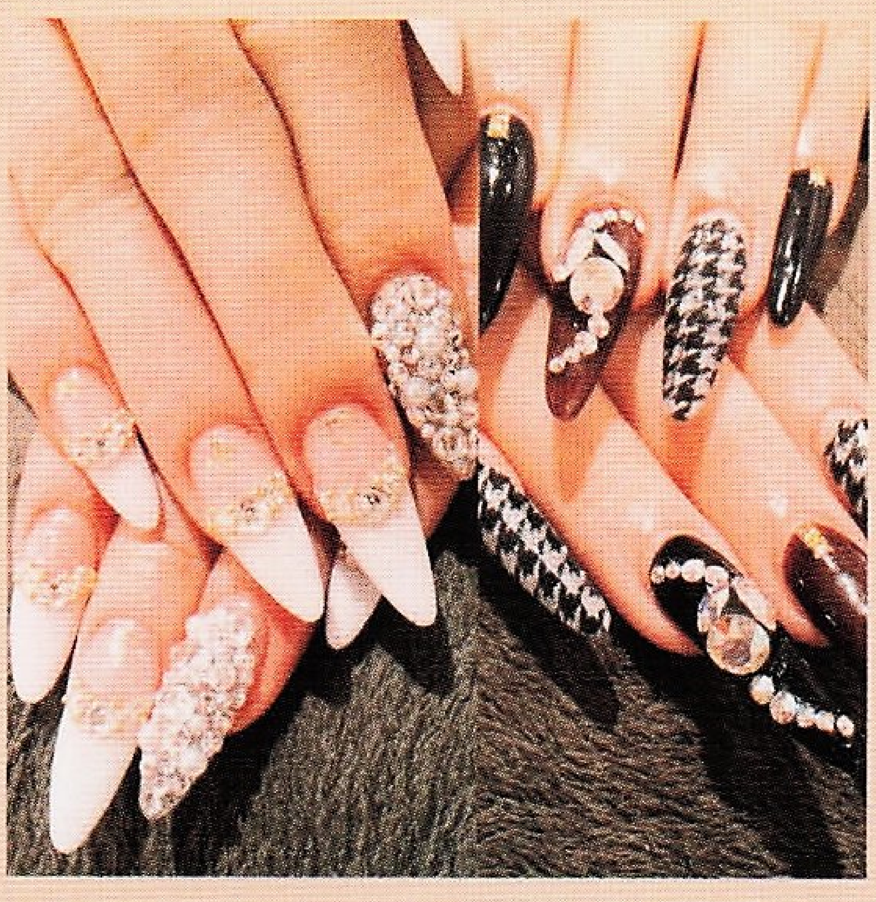
完全個室制の24時間サロン♥

MAKS

マークス

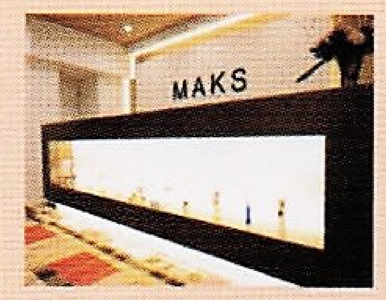
札幌

24時間営業だから、電話一本でいつでも施術OK♥ 時間を気にせず都合の良い時に予約できるのが人気の秘密☺ なんと、歯のホワイトニングも行っているので、爪と歯、両方のケアを併用する人多数♪



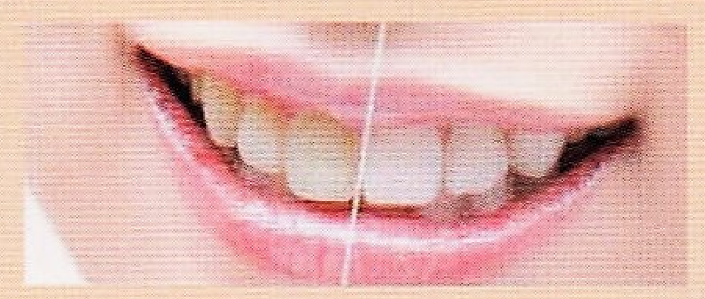


Salon Data
北海道札幌市中央区南6条西4丁目 1
APR64ビル4F
☎011-215-0465
㊎24時間
㊡年中無休
㊬完全予約制
http://www.ma-ks.jp
※女性専用完全個室



サロンの人気ポイント♥

歯のホワイトニングも実施中♥



光照射だから、痛みもなく短時間で効果が実感できちゃうのが嬉しい♥

姉ageha読者特典

予約時に「姉agehaを見た」と伝えると…
ホワイトニング（全3回）が
¥30,000→¥15,000（初回のみ）
有効期限：2015年3/31まで

ネイル

ネイルの持ちが格段に違う♥

Nail salon Brillante

ネイルサロン　ブリランテ

東京

ネイル初心者さんにも通いやすい、相談のできるサロン。カウンセリングとケアにたっぷり時間をかけているから、納得のいくデザインを追求できるよ♪ 「定額デザインコース」は、毎月30種類のアートを追加とバリエーションも豊富で人気だよ♪



サロンの人気メニュー♥

カスタムコース¥6,019〜／2時間



ワンカラー、ラメグラ、カラグラ、フレンチの中からベースを選び、アートサンプルから2本以上追加する上級者向けコース。





Salon Data
東京都豊島区東池袋1-36-3
池袋陽光ハイツ801
☎03-6907-3635
㊎12:00〜21:00（最終受付は20:00）
㊡不定
㊬予約可 ※飛び込みも可能
http://nail-brillante.com

姉ageha読者特典

予約時に「姉agehaを見た」と伝えると…
全コース¥500オフ
（初回のみ）
有効期限：2015年5/31まで

タトゥ

従来のタトゥより痛みが優しい♥

福岡タトゥスタジオ♡

MOON ANGEL

ムーンエンジェル

福岡

安心して施術に臨めるよう医師や美容外科と提携。皮膚の白班などをカバーする医療補助メディカルタトゥなども評判のスタジオ♪ 音楽関係者も通う話題店で1〜2週間で消えるペイントタトゥも人気♥





サロンの人気メニュー♥

スウィートタトゥ
¥10,000〜／コインサイズ



従来のタトゥに比べて痛みが少ないので、痛みに弱い、心配、また痛みを感じやすい箇所に施術をする人にオススメ！ 人気No.1タトゥ♥

福岡県福岡市博多区金の隈1-28-6F
☎092-504-3700
㊎11:00〜19:00
㊡水曜日
㊬完全予約制
http://www.k-ponget.com/moonangel
※タトゥの施術は未成年不可
※顔写真付きの身分証明書必要



姉ageha読者特典

予約時に「姉agehaを見た」と伝えると…
タトゥの施術が
¥2,000オフ（初回のみ）
有効期限：2015年3/31まで

エステ

効果を実感できる自信の施術♥

VITA SALON JuJu

ビタ　サロン　ジュジュ

福岡

テレビでも話題の「脂肪冷凍痩身マシン」は、気になる脂肪を凍らせて体外に排出しちゃうから、リバウンドの心配いらずの最先端美容法♥ 本気でダイエットをしたい人はぜひ一度試してみて♪



Salon Data
福岡県福岡市渡辺通5丁目24-30
東カン福岡第一キャステール503
☎092-406-2770
㊎10:00〜24:00（最終受付20:00）
㊡不定
㊬予約随時受付
http://www.vitasalon-juju.com





サロンの人気メニュー♥



コラーゲンマシーン
¥11,000／30分

特殊な光を浴びることで、コラーゲンたんぱく質を活性化。全身美肌へと導くよ✧

姉ageha読者特典

予約時に「姉agehaを見た」と伝えると…
脂肪冷却痩身
¥189,000→¥9,800（初回のみ）
有効期限：2015年3/31まで

肌そのものを根本から改善♥

シワが深くなる前に、頬がたるんでしまう前に!!

\始めるなら今!/ 自分へのご褒美施術♥

シミ・シワ・たるみはアラサー女性につきもの! そこで今回は1年間頑張った自分にボーナス施術♥ 決して安くはないけど、半永久的な効果で長い目で見るとお得なんです✧

PHOTO_Yoshinobu Bito HAIR_Anri Mitsuishi[AFTER] EDIT&TEXT_Shioka Soga



丸みのあるおでこでマイナス3歳効果♥

主婦&TOKYO NADESHIKOブロガー（34歳／東京都）既婚・子供なし MERIさん

目尻より上のおでこシワ、目尻シワ、眉間シワに効果的!

注入するだけの再生医療

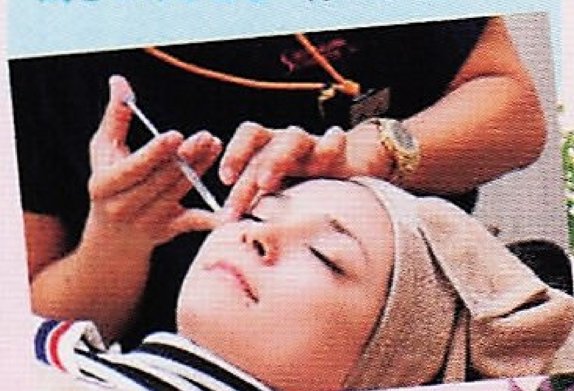
美肌注射

美肌注射は、ヒト脂肪由来の幹細胞と生物工学で創られた成長因子＝グロースファクターを注入する再生医療。異物ではなく、もともと体内にある成分なので安心です。年齢とともにコラーゲンが減少し、シワができやすいパーツに注入することで、本来持っている肌細胞の再生能力がUP! 肌のターンオーバーや表皮細胞を活性化してくれるので、お肌のハリやツヤがよみがえります♪

美肌注射施術DATA

目尻＋目の下（両側）／コメカミ（両側）各1回
非会員…¥30,000
会　員…¥24,000

時間：約5～10分
ハレ・痛み・内出血：ほとんどありません
シャワー・洗顔・メイク：当日からOK
気をつけること：特になし







施術後の感想
シワが深めだったのでボツリヌ・トキシンも注入。施術後はおでこに重みを感じたけど、眉をひそめると出没するシワができなくなった♥

美肌注射 ＋ 美肌治療 W施術でよりグレードアップ!

目尻から上の美肌注射で気になるおでこ・眉間・目尻のシワ、お肌の凹凸箇所を修復! そして頬から下のたるみを美肌治療で引き上げることで、顔全体の悩みが1度で改善♥ 肌そのものが活性化し、ハリ&ツヤ感を実感♪ さらに強力な美肌&エイジング効果を得られます。



歯科医療事務育休中（31歳／東京都）既婚・息子1人 古橋綾香さん

きゅっと上がった輪郭で子育てお疲れ顔を解消!

美肌治療施術DATA

スタンダード2カ所
非会員…¥414,810
会　員…¥331,840

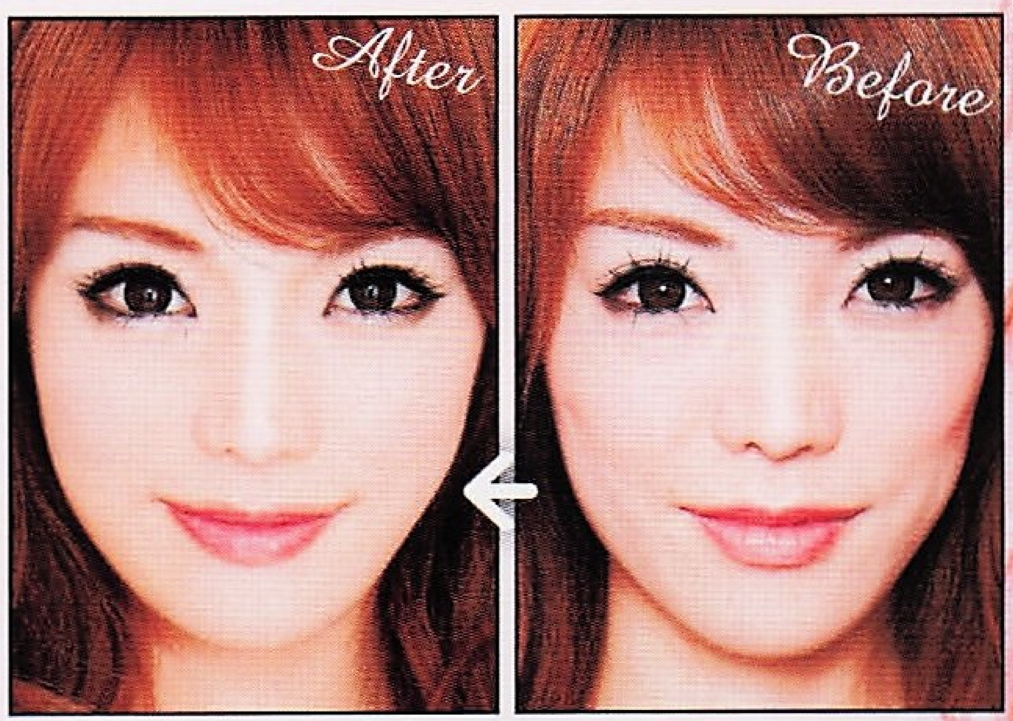
時間：約20分
ハレ・痛み：麻酔時や溶ける繊維の注入時、施術後にハレや痛みが生じますが、2～3日から1週間くらいでほぼ落ち着きます。
内出血：内出血で施術箇所が赤紫色になる場合もございますが、メイクで隠せる程度です。
シャワー・洗顔・メイク：当日から可能ですが、痛みを感じたら2～3日様子をみてください。
気をつけること：当日の車の運転は控えること、激しいスポーツや顔のマッサージは一週間控えること、お酒は3日後から可能です。



頬から下のたるみを引き上げ、コラーゲンで美肌効果も!

溶ける繊維でリフトアップ

美肌治療



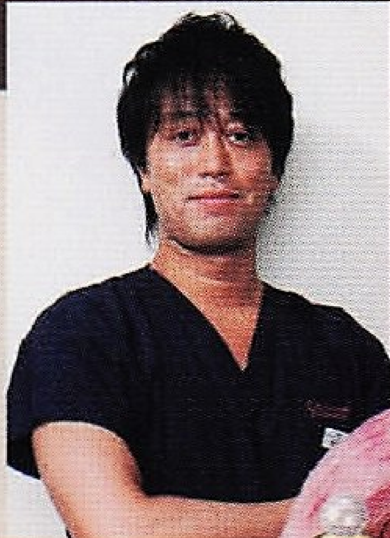
頬に溶ける繊維を注入するだけで、肌内部にあるコラーゲンなどの組織再生を活性化! お肌の真皮下の肌組織を修復してくれるので、リフトアップはもちろん、シミ・シワ・毛穴など、美肌&美白効果も期待できます♥ さらに安心の1年間保証付き。さまざまなエイジングケアの基礎となる、いわば"お肌の土台づくり"が目的の美肌治療。今までのレーザー治療で効果を得られなかった方にもおすすめ♥



施術後の感想
子育て疲れから来るたるみが気になって…💧。麻酔は正直痛かったけど、頬の上がり具合には大満足♥ 20代の輪郭が戻った感じ♪

担当して頂いた先生は…

品川美容外科 品川院 院長
嶽崎元彦（たけさきもとひこ）先生



今回ご紹介した施術は見た目の変化だけでなく、半永久的に肌そのものを改善できる施術です。美肌注射は回数を重ねるとより効果的なので、4～6回行うことをおすすめします。



旅行や遊びはどこに行く？
芸能人は誰が好き？
なんでもランキング

4周年記念！

既婚者vs独身
みんなはどっち？
恋愛&結婚のリアル

つけまvsまつエク
ダイエットにエステ…
みんなのキレイの素を教えて！





読者358人に聞いた

姉(おねえさん)のプロフィール白書 2015



平均年齢27.4歳のリアルを大公開♥

1カ月の服からコスメまで
どのくらいお金を使ってるの？
みんなのお財布事情





身長、体重
日サロ経験に美容整形まで
みんなの平均値を徹底リサーチ！

全58問でお姉さんたちを丸ハダカ♥

たくさんのアンケートに答えてくださった方ありがとう!!

読者の皆さんから、多くの応援メッセージをもらって、お姉さんアゲハは復活することができました♥　この雑誌を支えてくれる、普段は顔の見えないみんなを知りたくて、記念すべき4周年でアンケートを実施✧　回答してくださった皆様に愛を込めて♥

PHOTO_Kazuhisa Niitsuma　HAIR&MAKE_Takemasa
EDIT&TEXT_Mai Komuro, Asuka Ueno

(全員共通) バニー5点セット (ワンピース、カチューシャ、襟、カフス、しっぽ) ¥5,537／sugar　猫耳カチューシャ／編集部私物　その他／モデル私物

あなたは当てはまる!?

平均値いろいろ Average

体重や美容整形経験など、普段友達には聞きにくい質問から、起床&就寝、お風呂の時間などのプライベートな質問まで、根ほり葉ほり聞いちゃうよ♪ 驚きの結果が出てくるかも





Q1 身長、体重はどれくらい?

157cm 46.2kg

身長は20代後半の平均値と同じだけど、平均体重は5kgも軽かったよ 中には30kg台というコもいて、意識の高さにビックリ!

飲食店コンサルタント
(30歳／東京都)
独身・子供なし
山上紗和さん



Q2 起きる、寝る時間は?

起床:7時
就寝:24時

お肌のゴールデンタイム、22時〜午前2時までの間に寝る子が多数。7時間睡眠が基本

ライター&TOKYO NADESHIKOブロガー
(35歳／東京都)
既婚・子供なし
水野祐香さん



Q3 お風呂の時間はどれくらい?

0時間45分

早くて10分、長いコでは3時間という意見も。湯船では、携帯もしくは読書が今の常識

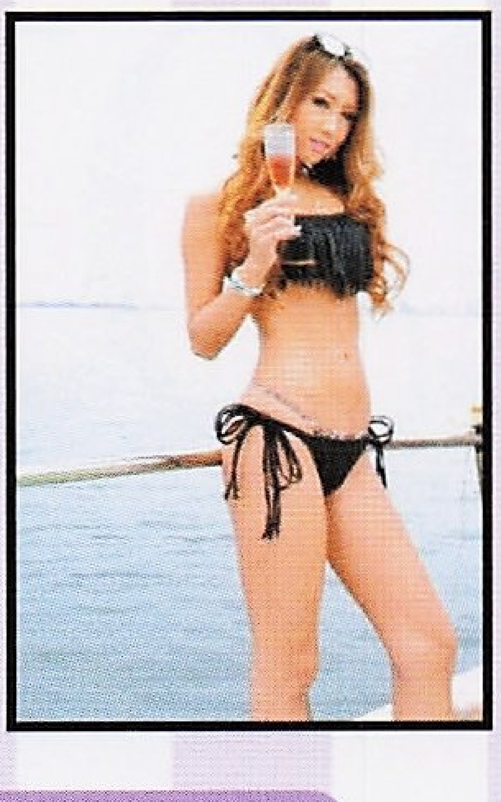
Q5 日サロ経験は?

あり▶55% なし▶45%









ハタチ過ぎてから焼きはじめたよ★ 下地程度に焼きたいから、今でも夏限定で焼きに行ってるよ

ガングロ全盛期の写真だよ〜 10代からずっと日サロの常連。28歳でシミがこわくて卒業…!!

レストラン&バーLHOプロデューサー
(30歳／東京都)独身・子供なし
芹澤明日香さん

Q4 運転免許は持ってる?

持ってる▶95%
持ってない▶5%



コーナリングはドリフト全開

レーサー(27歳／東京都)
独身・子供なし
神子島みかさん



Q6 ありの人は… 焼いて後悔してる?

YES▶60% NO▶40%

「シミの原因にはなってるかもだけど、今はとっても良い思い出♥」という前向き発言も

Q7 夜職の経験は?

あり▶63% なし▶37%

Q8 ちなみに… どこのエリア??

1位 六本木(東京)
2位 歌舞伎町(東京)
3位 ミナミ(大阪)

現役ちょうちょもちらほら。人気エリアは六本木! クリパではセクシーサンタに変身したよ♥





北新地バニラ勤務&アパレル会社社長
(28歳／大阪府)独身・子供なし
まなかさん

年齢的なこともあってか働く場所一番は、六本木。歌舞伎町で働いてから、六本木に移動するというコも。関西方面では大阪のミナミに次いで北新地働いているコが多いみたい

Q9 美容整形したことある?

YES▶60% NO▶40%

Q11 YESの人は… 何をした?

1位 ヒアルロン酸注入
2位 シミ、ホクロ除去
3位 二重埋没法

Q10 NOの人は… 興味ある?

YES▶93% NO▶7%

涙袋やシワへのヒアル注入が既に人気。興味がある施術は、シミとホクロの除去やボトックスでのシワ伸ばし 豊胸したいコも



広島の看護学生
(29歳／広島県)
独身・子供なし
青木りえさん



彼氏や旦那には秘密だよ

恋愛・結婚について Love...

既婚者は子供が欲しくなる時期だし、独身は結婚に焦るお年頃 アンケートだから昼顔妻だってカミングアウトできちゃう!? みんなが気になる、隣の恋愛事情

Q12 結婚している？

YES▶44% NO▶56%

まだ独身のコが少しだけ多いというのが現実 離婚歴があって、結婚も2回目なんていう強者もいたよ

Q13 離婚歴はある？

あり▶4.5%

再婚▶50% シングル▶50%



夜のお仕事お休み中 (34歳／東京都) 独身・子供なし LALAさん

離婚歴があるコは、30代突入前にシングルに戻っているよ なかには、現在離婚検討中という、心の修羅場を抱えているコもいるみたい

独身の回答編



Vivianカラコン プロデューサー (31歳／東京都) 独身・子供なし 美咲さん

Q17 結婚したい？

YES▶89%
NO▶11%

空前の婚活ブーム。特に意識してなくても、ラブレーダーは結婚相手を探しているという結果に 運命の王子様より近くの旦那様？



アラサーに突入し、結婚から出産、子育てまでを考えて逆算すると32歳がみんなの理想の数字みたい 彼からのプロポーズ待ちなんてコも

Q18 ちなみに…何歳までに？

平均32歳

Q19 どんな婚活してる？

1位 自分磨き
2位 パーティーに参加する
3位 飲みの誘いを断らない

お見合いサイトへの登録など本格的な活動はまだという意見が 今は自分磨きに集中



ダンサー (26歳／東京都) 独身・子供なし RIRIさん

Q20 彼氏はいる？

YES▶83%
NO▶17%

読者のほとんどが彼氏持ちだけど、プロポーズの予感はまだ… 経済的なことで今の彼との結婚をためらってるコもいるみたい!!

Q21 元カレと連絡はとってる？

YES▶60% NO▶40%

人妻の回答編

Q14 子供はいる？

平均1.2人

まだまだ2人きりのラブラブ生活を楽しんでいる結婚生活 いる人は1〜2人という意見が多かったよ 30歳を迎えた夫婦は「妊活中です」と、明るい家族計画中みたい



歯科医療事務育休中 (31歳／東京都) 既婚・息子1人 古橋綾香さん





主婦 (29歳／東京都) 既婚・娘1人・息子1人 谷 和香さん

左の写真は娘のヒカリです 弟ができてからはすっかりお姉ちゃんの顔になったよ これから大きくなって一緒に買い物に行くのが今から楽しみだな〜

Q15 人生で一番好きな人と結婚した？

YES▶60%
NO▶40%



やっぱり人生で一番好きな人と添い遂げるのが理想だよね でも結果は、4割近くのコが違うみたい。恋愛と結婚はやっぱ別なのかな??

主婦&TOKYO NADESHIKOブロガー (34歳／東京都) 既婚・子供なし MERIさん

Q16 不倫経験はある？

YES▶30%
NO▶70%



美容会社代表取締役 (29歳／東京都) 既婚・子供なし 山田るり子さん

「昼顔」ブームの影響なのか、不倫経験者が3割以上もいることが発覚!! 元カレのことは「何でも話せる」という理由でキープ

いくつになっても美は命!!

読者のキレイに迫る！ Beauty



歳を重ねてもキレイでいたいっていうのが乙女心♥ アラサーになって大人の魅力がグンと増した今、若い頃とは違う魅力で勝負したいよね♥ 今のキレイのトレンドがこちら。

Q22 ヘア&メイクの時間は？

平均…ヘア 12分 メイク 28分



トータル時間の7割をメイクに費やして、残りでヘアセット😊 美肌作りのため、ベースメイクに時間をかけているコが多いみたい✧

イベントコンパニオン（30歳／東京都）独身・子供なし 奥山絵里奈さん

Q23 エクステつけてる？

YES▶10%

NO▶90%



自毛を伸ばしたロングスタイルが主流✧ エクステをつけてるコも本数が減って、長さも短くなったみたい😺

Q25 髪の長さはどれくらい？



腰までの超ロングは前より減ったけれど、胸下くらいのロングが多数派！ エクステをつけなくなった分、ミディアムが増加♥

ロング……46%

ミディアム…24%

ショート…12%

その他…18%



Q24 よくやる髪色は？

1位 ブラウン

2位 ダークブラウン

3位 アッシュ系金髪

ブラウン系がダントツ人気だけど、前より落ち着いたトーンが人気✧ その分、グラデカラーやハイライトを入れるなどで遊びを入れるのが、お姉さんたちの間ではトレンドです★



みんなはいくら使ってる？

お金について Money



どんなに仲良しな友達同士でも聞きづらいのがお財布事情💧 みんなの貯金額や一カ月に使える金額、洋服やコスメ代など、アラサーのリアルな数字をこっそりバラしちゃうよ😊

1カ月 How much?

Q31 自由に使える金額は？

¥81,431



買い物やランチ、飲み代など、既婚者・独身ともに8万円くらいというのが相場😺 ちなみに最高金額はなんと50万円でした!!

Q32 洋服代は？

¥29,745



約3万円というのが平均値😊 でもセール時期になると、お財布の紐がどうしてもゆるくなっちゃうから、それに合わせて貯金するコも😊

Q34 ケータイ代は？

¥8,450

かけ放題や使い放題プランが常識😊 基本はWi-Fiにして、安く抑えてるという意見も😺

Q33 コスメ代は？

¥8,915

化粧水や美容液、ファンデなど3カ月に1度約2万円分まとめ買いするのが基本みたい😊



ヨガインストラクター（28歳／東京都）独身・子供なし 真優川咲さん

Q28 目の形は？

二　重……43%
奥二重……20%
幅広二重……15%
一　重……12%



なんと二重のコが全体の78%！ 一重のコでもアイプチを使って二重にしているって意見が多かったよ☺ みんなの憧れの形は幅広二重だよ✧

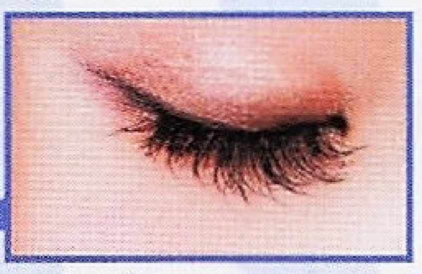
Q26 サプリは何を飲んでる？

1位 ビタミン系
2位 酵素系
3位 カロリミット



全体の93.8%の人がサプリを活用中♥ 王道ビタミン系以外に、ホルモンバランスを整えるなど、最近は美肌よりも体調管理重視みたい☺

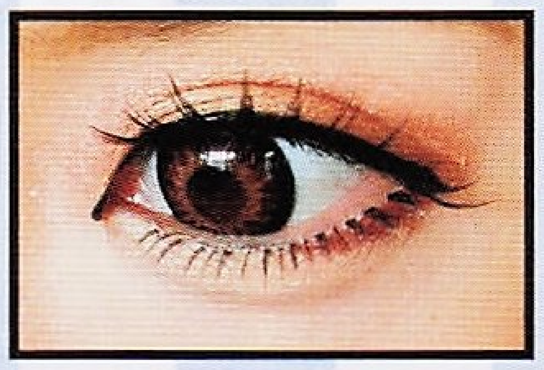
Q29 つけま派？ まつエク派？

つけま	まつエク
63%	37%



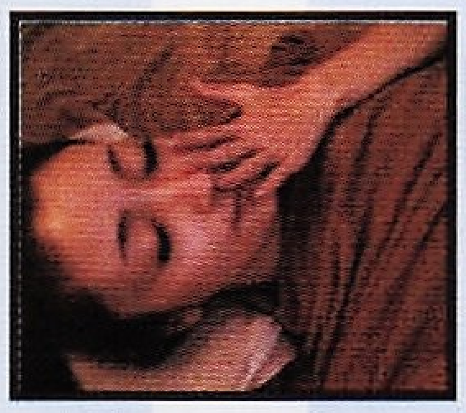
寝る時にはずせるし、気分で変えられるからいいよね♥






まつエク＋カラコンがあれば、スッピンの底上げに✧

Q30 エステに行ってる？



YES▸74% NO▸26%

Q27 ダイエット何する？

1位 ストレッチ
2位 ウォーキング
3位 カロリー計算






ダイエットで毎日マテ茶を飲んでるよ☺ 食物繊維が豊富で体も温まり、代謝もアップ♥

Q37 ちなみに… 総貯金額は？

独身¥978,571
既婚¥1,795,287

Q36 貯金額は？

¥67,800

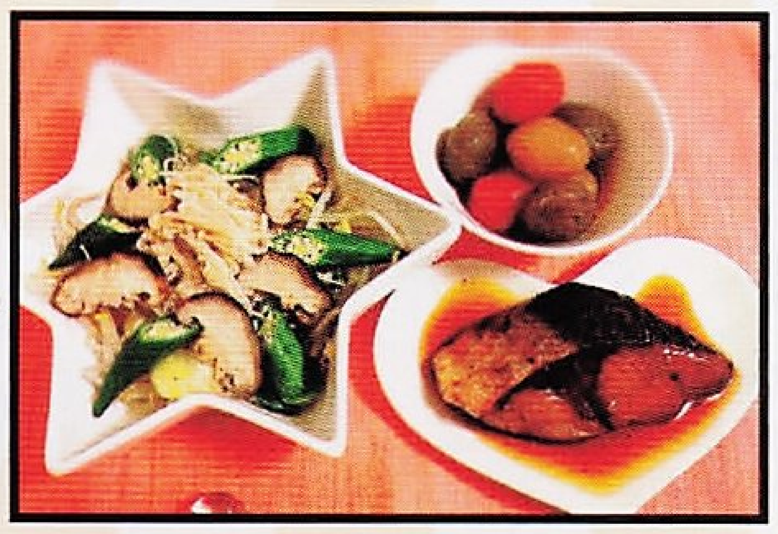


マイホーム資金や子育てなどがあるから、1カ月の貯金は既婚者の方が多め☺ 「倹約」が主婦の勤めなの♪

Q35 食費は？

¥43,568

料理が大好きだから、ご飯は基本手作りだよ☺ 健康とお肌のバランスを考えたメニューを心がけているの♥



「太陽のトマト麺」は、リコピンをお腹いっぱい食べても1000円以下だから、お財布にもお肌にも優しいの✧

番外編

Money you want!!!!!!

Q38 パートナーへのプレゼント代は？

¥41,955



誕生日やクリスマスなど、プレゼントの相場は4万円前後☺ お返しはその倍を期待してる!?

みんなのヒットパレード★

好きなものを大公開！

Ranking

みんなの好きなもの、興味あることをランキング形式でご紹介♥ 家の間取りから好きなブランド、憧れの人やケータイ事情まで、お姉さんたちの旬なものがいっぱいだよ

Q39 あなたに影響を与えた人は？

1位 浜崎あゆみ

2位 友達

3位 安室奈美恵

1位はダントツでayu✧ 同世代のカリスマとして、彼女のメイクやヘアスタイル、ファッションなどがお姉さんたちのお手本 学校の先生や両親などといった意見もあったよ♪

Q41 どこで何をして遊ぶ？

1位 カラオケ

2位 飲み

3位 ショッピング

Q40 誰と遊ぶことが多い？

1位 友達

2位 彼氏

3位 ママ友

彼氏よりも、気兼ねなく騒げる友達と遊んでる時が一番楽しいよね ベストオブザ癒し、猫が心の友なんていう意見も





Q42 家の間取りは？

1位 2LDK

2位 3LDK

3位 2DK





My Sweet Home✧

平均的な家の間取りは2LDK。結婚や彼氏との同棲生活はもちろん、仕事を頑張る一人暮らしのお姉さんたちの、今理想のサイズもコレでした✧

Q43 ケータイの機種は？

1位 iPhone5

2位 Xperia

3位 ガラケー

王道のiPhoneが堂々の1位。発売して間もない6を持っている人はまだ1割程度だったけど、写真が超キレイと評判だからユーザーがどんどん増える予感✧

Q44 ケータイのキャリアは？

1位 ドコモ

2位 ソフトバンク

3位 au

昔も今も変わらず、7割以上の人がドコモ推し 「お父さん犬」につられて思わずソフトバンクに乗り換えちゃったなんてコも多かった

Q45 よく使うアプリは？

1位 LINE

2位 Twitter

3位 Instagram

みんなの連絡手段、LINEが堂々の1位✧ TwitterとInstagramを使用している人の割合はほぼ一緒。この3つを三種の神器としてみんなダウンロードしてる

Q46 LINEのスタンプは何をよく使う？

1位 リラックマ

2位 ふなっしー

3位 楽天パンダ



最近は動くシリーズが人気だよ リラックマは静止バージョンを使っている人も多かった♥ 使い勝手の良い無料スタンプも◎。

Q48 ずっと好きな食べ物は？

1位 納豆
2位 チョコ
3位 肉



1位は、女性ホルモンバランスを整えてくれる魔法の食材、納豆。2位のチョコレートはマカダミアナッツ入りの♥ 肉食女子も健在✧

Q47 海外旅行、どこが好き？

1位 ハワイ
2位 バリ
3位 韓国



ガールズ4人でハワイ旅行に◡̈







ロサンゼルスの大自然に癒されてきました♥

ダントツ人気はやっぱり常夏の島、ハワイ✧ 日本人観光客も多いし日本語がほぼどこでも通じるから、安心して行けちゃう♥

Q49 なりたい憧れの顔は？

1位 姉agehaモデル
2位 北川景子
3位 沢尻エリカ



嬉しいことに、荒木さやかや早川沙世、桜井莉奈など専属モデルに憧れているという意見をたくさんいただきました♥

Q50 好きなミュージシャンは？

1位 浜崎あゆみ
2位 安室奈美恵
3位 倖田來未

嬉しい時も悲しい時も、失恋した時だってayuの曲を聞けば復活できちゃう◡̈ 安室ちゃんはカラオケで万人受けの定番♪



Q51 好きな芸能人は？

男性編

1位 斉藤工
2位 向井理
3位 生田斗真

女性編

1位 沢尻エリカ
2位 北川景子
3位 ローラ

男性編の1位はドラマ『昼顔』効果で人気上昇中の俳優・斉藤工。女性編は芸能活動に復帰した沢尻エリカが1位にランクイン★



Q52 初めて好きになった芸能人は？

1位 安室奈美恵
2位 SMAP
3位 浜崎あゆみ

Q53 好きな芸人は？

1位 日本エレキテル連合
2位 山崎弘也
3位 有吉弘行



日本エレキテル連合、中野聡子(右)と橋本小雪(左)◡̈ 年末年始も引っ張りだこの予感★



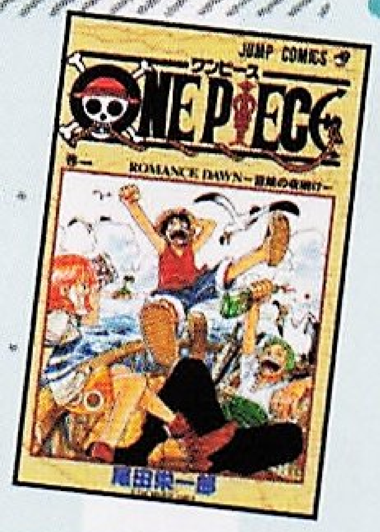
現在も物語が続く、みんな大好きな漫画が『ONE PIECE』♥ スラダンは何度でも読み返したくなる、殿堂入りのベストオブコミック★

Q56 好きなドラマは？

1位 ファースト・クラス
2位 昼顔
3位 ディア・シスター

Q55 好きな漫画は？

1位 ONE PIECE
2位 NANA
3位 SLAM DUNK



Q54 昔好きだった雑誌は？

1位 egg
2位 小悪魔ageha
3位 popteen

ギャルブームを巻き起こした『egg』が第1位に♪ その後アゲハに移行した人多数◡̈

Q57 好きなブランドは？

みんなはどのブランドが好き？

ランジェリー

1位 Ravijour
2位 aimerfeel
3位 PEACH JOHN

靴

1位 ESPERANZA
2位 DIANA
3位 R&E

ファッション

1位 rienda
2位 DaTuRa
3位 DURAS



Q58 あなたにとっての「姉ageha」とは？

一緒に成長していきたいと思って今までやってきた
ライター&TOKYO NADESHI-KOブロガー（35歳／東京都／既婚・子供なし）水野祐香さん

素敵アイテム発見器
モデル（29歳／福岡県／既婚・子供あり）ミサさん

自分を正す、整える、磨くことができ、美意識のモチベーションを保てる
北新地バニラ勤務&アパレル会社社長（28歳／大阪府／独身・子供なし）まなかさん

歳をとる楽しみ方を教わったよ♥
女の子って楽しいって教わりました
ヨガインストラクター（28歳／東京都／独身・子供なし）真優川咲さん

変われる勇気をもらった！
派遣（36歳／千葉県／既婚・子供あり）ツバサさん

これからもガンガン攻めていきたい！
主婦&TOKYO NADESHI-KOブロガー（34歳／東京都／既婚・子供なし）MERIさん

私にとってはこの雑誌が学校のようなもの
広島の看護学生（29歳／広島県／独身・子供なし）青木りえさん

美容の情報がとにかく細かくて役立つ。歳を取っても夢が見られる雑誌
イベントコンパニオン（30歳／東京都／独身・子供なし）奥山絵里奈さん

今の自分に合っている、転ばぬ先の杖
障害児ヘルパー（28歳／千葉県／既婚・子供なし）リサさん

1番のお手本
レストラン&バーLHOプロデューサー（30歳／東京都／独身・子供なし）芹澤明日香さん

美意識を上げてくれるもの
飲食店コンサルタント（30歳／東京都／独身・子供なし）山上紗和さん

洋服買わないと、化粧品買わないとって
私の美容バイブル♥
キャバクラ勤務（28歳／東京都／独身・子供なし）アイコさん

歳をとっても女を忘れちゃいけないことを再確認させてくれる
歯科助手（37歳／石川県／既婚・子供なし）エリさん

これからも
姉agehaをよろしく
お願いします♥

女の子のオシャレがたくさん詰まった宝箱かな
ダンサー（26歳／東京都／独身・子供なし）RIRIさん

とにかく全部が私の憧れ♥
ヤクルトレディー（25歳／東京都／既婚・子供あり）アミさん

若返りや美意識のモトとなる雑誌。常に可愛くキレイでいられる場所
美容会社代表取締役（29歳／東京都／独身・子供なし）山田るり子さん

高嶺の花を目指すための指針
主婦（26歳／東京都／既婚・子供あり）アヤさん

読みごたえがある雑誌を見つけられて嬉しい！
介護士（28歳／鹿児島県／既婚・子供あり）ウララさん

私の人生の歴史

趣味であり、2カ月に一度の撮影という名の女子会が楽しいです（笑）
夜のお仕事お休み中（34歳／東京都／独身・子供なし）LALAさん

唯一私が買っている雑誌。むしろコレ1冊だけでいい♥
栄養士（24歳／山口県／独身・子供なし）トモヨさん

ガングロ時代を過ごしたオンナたちのための教科書
ボイストレーナー、プロデューサー（38歳／東京都／既婚・子供あり）ユウカさん

「キレイで若くいられるように頑張ろう」というパワーがもらえる。
主婦（31歳／愛知県／既婚・子供あり）ヤスエさん

復活してくれてありがとう

メイクやヘアスタイルが私好みで参考になる！
携帯電話販売員（30歳／兵庫県／独身・子供なし）ミチルさん

若くてかわいいお姉さんたちが集まるファッショナブルな場所
Vivianカラコンプロデューサー（31歳／東京都／独身・子供なし）美咲さん



目ヂカラUP施術ランキング
アイメイクの映えるデカ目派から
すっぴんでもキレイなナチュラル派まで!
RANKING 1
高須式クイック埋没法
目を閉じても傷は目立たないよ!
高須式クイック埋没法は、特殊な技術と特許取得の極細専用手術糸で、一般的に行われている埋没法より取れにくくなっています。
※特許:第3628597号
二重
【両目】¥90,000
RANKING 2
ミニ切開法
埋没法で元に戻ってしまった方に、わずかな切開で元に戻らない二重を。デカ目メイクが映える幅広の二重ラインもおまかせ!
二重
【両目】¥250,000
RANKING 3
目頭切開
目頭の皮膚を切って目の横幅を広げる手術。ひと回り大きな切れ長の目になると同時に、黒目が強調されて目ヂカラもUPします。
【両目】¥250,000
RANKING 4
なみだ袋形成
女優やアイドルに多いなみだ袋。この愛くるしい笑顔の重要なポイントと言われるなみだ袋を注射で作る手術も人気上昇中です。
【両目】¥100,000
RANKING 5
眼瞼下垂
細い目や眠たそうな目を、パッチリとした大きな目にしたい方や、まぶたの開きを大きくして、眉と目の距離を近づけパッチリした目もとに。
【両目】¥700,000
自分史上最強の目ヂカラ!
第一印象を決めるのはやはり「目」!
まずはなりたいイメージを一緒につくりましょう!!
二重・目もと施術のスペシャリスト
PROFILE
名古屋院 院長 高須 幹弥
医学博士。麻酔科標榜医。日本形成外科学会認定形成外科専門医。生涯にわたる主治医となれるよう患者様と医師の信頼関係を重んじ、アフターケアの充実に努めている。
Other Menu
隆鼻術
注射式
¥50,000
鼻根へのヒアルロン酸注射で、顔のバランスが整った美人顔を目指します。
隆鼻術
プロテーゼ挿入
¥350,000
一人ひとりに合わせた形のプロテーゼを鼻の穴の内側から挿入する手術。鼻全体を形よく高くしたい場合に。
アヒル口
¥100,000
人気の「アヒル口」。口角が上がりやや突出したような口先をヒアルロン酸注射で作ることが可能です。
その他メニューや料金は、ホームページまたは下記フリーダイヤルまでどうぞお気軽にお問い合せください。
"高須"という本名をクリニック名にしたのは、責任感の証です。
院長 高須 克弥
医学博士。昭和大学医学部美容外科学客員教授。日本形成外科学会認定形成外科専門医。最新の治療はまず自分の顔や身体で効果と安全性を検証するのがポリシー。
大阪院 院長 高須 敬子
医師。日本形成外科学会会員。日本美容外科学会会員。同じ女性の視点に立ち、ライフスタイル、ご予算など、患者様のご都合に合わせた治療プランの提案に努めている。
※料金は、すべて消費税抜きの価格です。※大きさや状態に応じて費用が変動する手術については、カウンセリングで正確な金額を提示させていただきます。※公的医療保険は適用されません。※秘密厳守の医療ローンをご用意しています。※この料金は、標準的な料金となっております。※料金は平成26年4月1日現在のものです。
Yes! 高須クリニック
美容外科・形成外科・美容皮フ科・歯科
東京・横浜・名古屋・大阪
年中無休 予約制 ローン・クレジットOK
ケータイOK
【美容相談】9:30~22:00 0120-5587-15
パンフレットのご請求はフリーダイヤルまでお電話ください。
【歯科相談】9:30~19:30 0120-4180-86
歯科の治療は、東京・大阪院にて承っております。
ケータイ・スマートフォンサイトでもホームページがチェックできるよ!!
http://www.takasu.co.jp
モバイルサイトはこちらのQRコードを読み取って見てね!
東京
地下鉄千代田線赤坂駅5番A出口すぐ
東京都港区赤坂2-14-27 国際新赤坂ビル東館12F
03-3587-2061
歯科直通 03-3583-9244
横浜
JR横浜駅西口より徒歩1~2分
横浜市西区北幸1-6-1 横浜ファーストビル10F
10Fに移転しました
045-322-1187
名古屋
JR名古屋駅より徒歩1分
名古屋市中村区名駅4-7-1 ミッドランドスクエア8F
052-564-1187
大阪
JR大阪駅北側より直結
大阪市北区大深町4-20 グランフロント大阪タワーA12F(南館)
平成25年10月移転
06-6372-5587
歯科直通 06-6372-5518
※QRコードを読み取って資料請求やカウンセリング予約が可能です。

キレイな人はセルフケア＋クリニックケアを組み合わせて、
自分流のベストケアを極めていました！

やっぱり餅は餅屋です♥

美人ドクターのキレイの理由57♥

冬の恒例となりました人気の女医さん企画！　今回は7人の方に登場頂いています✧。美を極めている達人たちが普段やっている施術、説得力がありますよね♪　美習慣からファッションまで、キレイの秘密、徹底解説♥

PHOTO_Yoshinobu Bito　HAIR_Anri Mitsuishi　EDIT&TEXT_Shioka Soga



シンプルで動きやすい服♥
ZARA、MANGOも好き♪

普段は産婦人科医として大学病院で働いています！

産婦人科医になったのは学生時代、ダイエットから拒食症になったことがきっかけです。出産にも立ち会うし、子宮や卵巣ガンなどの手術も行うので、医者は体力勝負！　美容にあまり時間はかけられませんが、紫外線対策・保湿・洗顔だけはしっかり行う。エストとコスメデコルテのラインで基本ケアを行うことで、肌質をキープしています♥　そして保湿力の高そうなオーガニック系アイテムは常にチェック♪　大学時代に結婚式場で花嫁モデルをしたとき、先輩に誘われて2007年のミス日本へ。それを機にテレビや雑誌での仕事をはじめました。これからは妊娠の正しい知識も伝えていきたいと思っています。

着たときのラインがキレイで選んだグレーのコート約6万円と、一目惚れしたストライプのスカート約1万円はPinky&Dianne。サシ色の赤のカーディガンはクリア・インプレッションのセットアップで約6,000円。ルブタンは2足、黒も持っているんですけどベージュの出番が圧倒的に多いですね。171㎝ですが身長はもっとあっても良くて、7～9㎝ヒールが定番。参考書とパソコンが入ることが必須条件のバッグは、イヴ・サンローランで購入♥



紫外線対策・保湿・洗顔は絶対！
勤務中は基本すっぴんです♥

美人ドクター1人目

丸田佳奈先生（33歳）
産婦人科医

丸田先生が本当にやっている施術&運動5つ♥

1 小顔美容矯正

小顔美容矯正サロン"ルポルテ恵比寿店"は、事務所のコたちが通っていたのに感化されて通い始めました。頭蓋骨矯正とリンパケアで合わせて約20分。



月1回 初回￥7,200

2 美容鍼

月1回 初回￥4,800



本八幡の"アテナ鍼灸治療院"の美容鍼でたるみを防止！　シミやシワ、くすみ、乾燥にも効果があるそう。施術後は視界がすっきりしてむくみも取れます♥

3 ボディ鍼

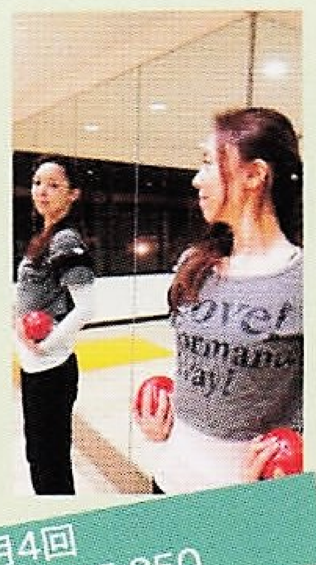
職業柄、腰痛・肩コリはほぼ持病。身体が辛くなる前に"アテナ鍼灸治療院"のボディ鍼と美容整体へ。新陳代謝やホルモンバランスも整えてくれるんです♪



月1回 初回￥4,800

4 加圧ジム

船橋の"スタジオ ボディメイク"で、半年前から加圧を始めました。体脂肪が5～6％落ちて身体も軽くなり、体調も◎。週2でジムと加圧へ。



月4回 初回￥5,250

5 ダンス

大学時代に部活で始めたジャズダンスを続けてます。医者になってからは週1～2でジム通いして太りにくい身体に！　見た目もですが体脂肪重視♥



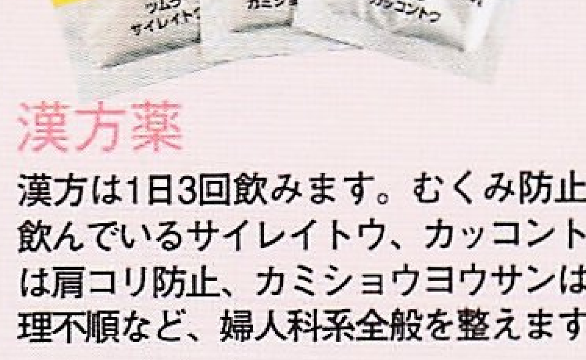
丸田先生の美習慣5つ♥

フェイスケア

昼美容液のハニーラスターS、ジョンマスターのリップカーム、皮膚の赤みやかゆみをとるステロイドのロコイド、ニキビ薬のダラシンTゲル1%は常備。



漢方薬



漢方は1日3回飲みます。むくみ防止に飲んでいるサイレイトウ、カッコントウは肩コリ防止、カミショウヨウサンは生理不順など、婦人科系全般を整えます。

サプリメント&ハーブティー

大好きなenherbの"女性リズムを笑顔で過ごしたい時に"（右）は50gで1,500円、オレンジの香りに癒されます♪　美容内服のビタミン剤は1日3回。



ヘルスケア



朝食時に飲むニールズヤード（左）の美容オイルは3,800円。オメガ3配合で髪や爪も強くなるそう♥パクチーの香りがするシゲタのボナペティ5,000円も寝る前に数滴飲んでます。

ボディケア



今まで試した中で一番浸透が早く、ベタつかないロクシタンのASボディオイル（左）は6,000円。ローヤルゼリー入りのねっとりした濃厚なハンドクリームはワンダーハニーで約1,200円です。



朝食のスムージー摂取&7時間睡眠はマストです♥

美人ドクター2人目

カジュアルワンピが主流！ Diorも好きです♥

荒牧奈央先生（34歳）
品川スキンクリニック 新宿院 院長



パーティや学会でも大活躍の黒のショールは、母からのプレゼント。もう10年くらい使っています。シャープなラインでシルエットがキレイなDiorのワンピースは、アウトレットで16万円。エナメルにリボンがかわいいパンプスもDiorで16万円でした。CHANELのバッグは35万円♥ 長く愛せるDiorやCHANELに惹かれます♥

荒牧先生が本当にやっている施術4つ♥

1 顔やせクイック

月1回 初回1部位 1カ所8,000円



翌日に実感！ 効果が現れるのが早いフェイスラインの引き締め＆顔やせ注射。リンパの流れを良くして脂肪の分解を促すので小顔効果も♥

2 レーザートーニング

週2回 初回￥13,880



メドライトC6（QスイッチYAGレーザー）を使って蓄積したメラニンを減らしていくレーザー治療。肝斑、シミが薄くなるので、美白効果が得られます。鼻＋鼻下、又は頬下に適用。

3 美肌注射

月1回 初回￥30,000

目尻や眉間、おでこのシワ、凸凹箇所に効果的な再生医療！グロースファクターを注入することで肌細胞が活発になり、シワが目立たなくなります。治療は目尻＋目の下（両側）、又はコメカミ（両側）に適用。



4 美肌治療

スタンダード2カ所 ￥414,810

頬や輪郭に溶ける繊維を注入して引き上げるリフトアップ施術。顔全体の肌質改善・リフトアップ・小顔に。レーザー治療の効果も出やすくなります。



荒牧先生の美習慣4つ♥

フェイスパック



フラクショナルCO2など、レーザー治療の後に使うとより効果的。顔全体のハリ、ツヤ、キメなどの改善、毛穴の縮小、乾燥肌の改善に♪

美容ドリンク



フィッシュコラーゲンにヒアルロン酸、ビタミンなどを配合した美容と健康のサポートドリンク288円。1日1本を1年間続けたら、肌にハリが出てきて、毛穴が薄くなりました♥

サプリメント

当クリニックで処方している美白セット（上）とニキビセット（1カ月分／9,720円）。美容内服と施術を続けることで効果も出やすいんです。



フェイスケア

ジャスミンラロクのディアマンムース（左）15,000円（クレンジング&マッサージ洗浄液）は、髪・顔・全身に。メルブランシュ35,000円は多機能美容液。



美容皮膚科医の最大の魅力は結果が見えることですね♥

レスポンスの早い医療が好きで最初は麻酔医に。年齢を重ねるごとに女性はコンプレックスが増えていくことを痛感。仕事の上でも体力は大事なので、週2でゴルフスクールと水泳に通ってます。朝ごはんは小松菜・りんご・アボカドたっぷりのスムージーで出勤！

品川スキンクリニック 新宿院



0120-652-100
10：00 ～ 19：00
新宿区新宿3-33-10
新宿モリエールビル7F

美人ドクター3人目

タイタン・ジェネシス&睡眠は欠かせません！

ブランドにこだわらない 流行りでは買いません！



山田奈々先生（37歳）
東京イセアクリニック 新宿院 院長



新宿伊勢丹で買ったデニムシャツはストレッチ素材で着心地抜群！ 身体にフィットしたラインも迷彩柄のアクセントもかわいい♥ アウターはSynchroXのリバーシブル・ベスト・ダウン。パリで購入したサルトルのブーツは合わせやすくてお気に入り♪ エルメスのショコラ色のツールボックスは新宿伊勢丹で衝動買い。値段は覚えてません💧

山田先生が本当にやっている施術&運動4つ♥

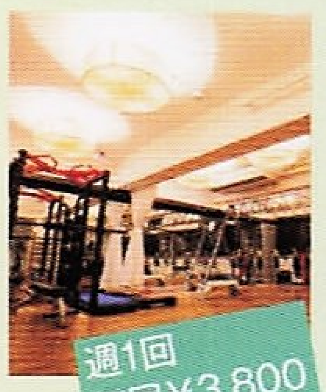
1 タイタン ジェネシス



2カ月に1回 初回￥19,800

即効性があるのに痛みやダウンタイムがないたるみ治療。タイタンとジェネシスを組み合わせて、肌の深部から浅い部分のたるみを改善します。

2 加圧・駆血トレーニング



週1回 初回￥3,800

麻布十番のイセアボディスタイルで、次世代トレーニングを実践！ 血流を止めて数分後に一気に除圧、数分の運動で血管のアンチエイジングを。

3 カクテルセラピーIO3

部分ヤセの定番"メソセラピー"の腫れや痛みなどを改善したのが「IO3」。痩身カクテルガスを太ももやお腹などの脂肪層に注入します。



1カ所 ￥30,000

4 シミ治療プラン

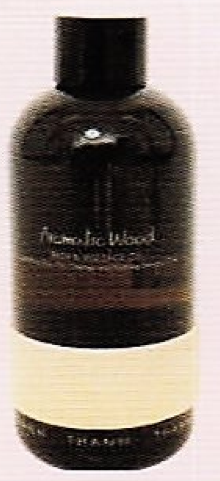
初回 ￥24,800

ディープクレンジングで古い角質などを除去。IPL光治療でお肌をワントーン明るく、アキュティップでシミを取り除いていきます。



山田先生の美習慣4つ♥

ボディケア



タンのバス&マッサージオイル3,300円は米ぬかベースで肌なじみが良く、のびが抜群！ お風呂上がりのタオルドライ後、全身になじませてマッサージ。グレープフルーツの香りも◎♥

ランニング



最近は週1で10km走りますが、ときには20kmになることも！ 夜走ることが多いので、目立つオレンジカラーを選択。ニュートンのシューズは約10,000円。

スキンケア

油溶性ビタミンC誘導体をスティック状にしたビタミンCスティック9,000円（右）。処方用調剤薬 総合・美白抗酸化クリームは12,000円です。



ヘルスケア

ヨーグルト味で水なしで飲める"スリムビフィ"20,000円は1日1包。ダイエット効果の高いビフィズス菌B-3が気軽に摂れます。豆乳はおやつ代わりに！



東京イセアクリニック 新宿院



0120-963-866
11:00～20：00
東京都新宿区新宿4-2-16
パシフィックマークス新宿サウスゲート5F

幼いころから医療が身近でした。今は女性のキレイを応援したい！

美容に興味があり、内科から皮膚科、そして美容医療の世界へ。女性の肌は25歳を過ぎると下り坂💧 クリニックに通うのに早すぎることはないので、手遅れになる前に来てほしいですね。最近はホノルルマラソンに参加するほど、マラソンに夢中です♥

美人ドクター4人目

シミやシワはできる前に先手先手で徹底予防！



佐藤もも子先生
MAME 大阪心斎橋院　院長

着心地が良く肌触りのいいシルクやカシミアが好き♪



大きめサイズが今年風のギャルリーヴィーのニットカーディガンは、梅田の阪急で3.5万円くらい。シルクブラウスはコントワー・デ・コトニエで約1.8万円。ZARAのパンツ6,000円は履きやすくてラインもキレイ♪ 1泊2日の荷物も収納できるセリーヌのバッグは約31万円。歩きやすいアプレの靴は約2万円で購入しました。

佐藤先生が本当にやっている施術4つ♥

1 ボトックス注射



自然な表情が残るように少量を自分で、眉間・あご・えらに打っています。険しい表情が緩和されて、やさしい印象になる眉間ボトックスは、美容医療初心者にもおすすめです♥

半年に1回
初回¥14,000〜

2 デュアルピール



しみ・そばかす・肝斑・色素沈着に効果的なルートロトーニングと、毛穴・にきび・小ジワを改善するスペクトラピールを同時にできる治療！

初回
¥14,800円〜

3 タイタンXL

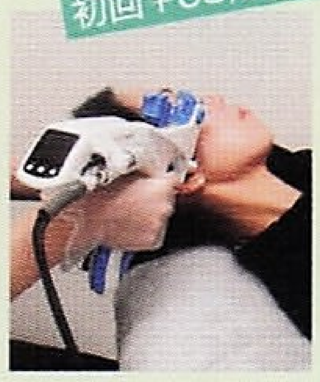


痛みの少ない安全なたるみ治療。真皮層の水分を加熱することで、コラーゲンの収縮と再生・増殖が促されます。しかも即効性があるので、施術直後に効果を実感！特別な日の前に♥

3カ月に1回
初回¥16,000

4 水光注射

2カ月に1回
初回¥38,000〜



毛穴改善やリフトアップにはヒアルロン酸やボトックスをミックスするのがおすすめ♥ 水のベールがかかったようなうるツヤ肌に！

佐藤先生の美習慣4つ♥

紫外線予防



軽いつけ心地なのに本当に焼けないラ・ロッシュ・ポゼのUVイデアXLティントは3,500円くらい。気付いたらまわりのスタッフもみんな使っています。もう一生手放せません!!

美容内服



シナール、ピドキサール、トラネキサム酸などの美容内服は1日3回が基本。リジェンスキンマスクを使うとハリUP！ レーザー治療後にも♥

アトキンスバー



お肉もお酒も止められないので、クリニックでのランチや間食は糖質少なめを心がけています。低糖質のアトキンスバーは5本で約700円。

スキンケア



肌に元気がないときでも、寝る前に塗ると翌朝ふっくら肌に♥ お肌の幹細胞に着目したMTステムクリームは18,000円。美容液もあります。

加圧・骨盤矯正・筋肉運動が一度に体験できるAPTSに夢中です♥

最近クリニックに導入されたAPTS（エアープロフェッサートリプルシステム）は30分横になっているだけで大量に汗をかけます。加圧によって成長ホルモンが分泌されるので、全身の肌がスベスベに。筋肉量がUPして痩せやすい体質へ改善できます。

MAME大阪心斎橋院



☎ 0120-25-3456
10：00〜19：00
不定休
大阪府大阪市中央区
心斎橋筋2-7-18
プライムスクエア心斎橋8F

美人ドクター5人目

年齢であきらめないで！努力は必ず報われます♥



寺井美佐栄先生（36歳）
シロノクリニック
池袋院　院長

気軽に洗濯・買い換えできるファストファッション派♪



暑がりなので脱いでも軽いことがアウターを選ぶ基準！ コートはコムサデモードで約8万円。デコルテが広めの半袖ワンピース約4,000円はH&M。有楽町丸井で購入したヒールはデザインに一目惚れ、2万円弱で購入しました。クロエのバッグはピンクなのに甘過ぎないところが好き♥ ネックレスはティファニーで約2万円。♪

寺井先生が本当にやっている施術4つ♥

1 サーマクール

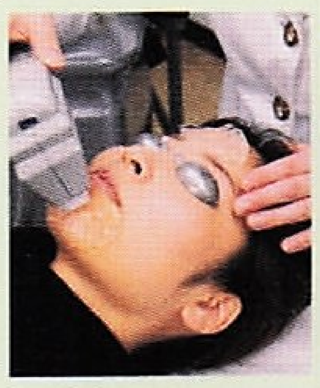
半年に1回
初回¥320,000



たるみ改善だけでなく小顔＆毛穴引き締め効果も絶大のサーマクール。当クリニックは22,400症例のサーマクール実績があるので安心です♥

2 フォトシルク

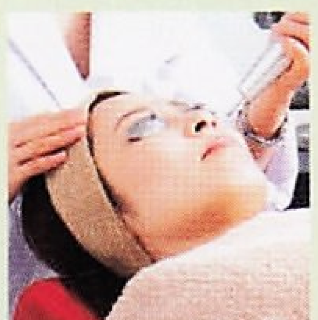
¥60,000



シミ取り治療の中では一番人気♥ 即効性があって美白効果が高く、肝斑にも効果があるんです。顔だけでなく手の甲のシミ取りにも！

3 メドライトC6

¥60,000



くすみが取れて肌が明るくなるので回数を重ねるごとに角質が取れ、透明感が出てきます！産毛除毛効果もあるので、施術後は肌がしっとり♥

4 メガビタミン点滴20,000mg



強力な抗酸化作用があるので、シミ・たるみ・シワ予防になるアンチエイジング点滴。内側からのケアをプラスすることで治療効果もUPします♥

¥21,500

寺井先生の美習慣4つ♥

スキンケア



使うとピンとハリが出るドクターシーラボのジェノマー アイケアクリーム（右）。洗顔後に塗ると、その後のケアの浸透率がUPするエッセンスオイル♥

スキンケア



ドクターシーラボのアクアコラーゲンゲル スーパーモイスチャーEX（右）はパックもできるゲル。エンリッチリフト ゴールドピールは角質ケアに！

ランニング＆水泳



ナイトランニングに水泳、ストレッチ。健康や美肌を維持するために運動は必須。水素水を飲んだり自炊をしたり食にも気をつけています♥

スキンケア



クリニック処方の万能化粧水、VC100SP APPSボアホワイトローション。高濃度の377が配合された美白剤、WHTIE377も処方薬。美容内服も併用！

シロノクリニック　池袋院



☎ 0120-93-6600
11:00〜19：00 月曜定休
東京都豊島区西池袋3-25-11 CIC IKEBUKURO BUIL8F

セルフケアじゃ待てない…💧 クリニック治療を継続することが大切

セルフケアには正直限界があります。定期的にクリニックに通うことで、シミやシワなどのトラブルにも応急処置ができる。間違ったケアをしないという点でも安心です。

美人ドクター6人目

むくみ防止には全身浴！2時間使って集中ケア♥



脇坂英理子先生(36歳)
RICO クリニック 院長

冬でもどこか露出しているファッションを意識♥



Aラインのシルエットと、バルーンタイプの裾がかわいくて即買いのワンピースは約2万円。合わせて買ったピンクのブーツもアイズビットで2万円弱。イタリアのファロルニのトレードマーク、イントレチャート（メッシュ編み）のトートは約10万円。A4サイズの書類や水分や糖分、フルメイク道具一式までたっぷり入るんです！

絶対にストレスをためちゃ駄目!! 信頼できるドクターを作ってほしい♥

今の世の中、情報が多すぎて迷いがちだし、ストレスがたまれば女性ホルモンにも良くないし、出産にも関わってきてしまうから。運動嫌いの私もストレスをためないよう、入浴でたっぷり汗かいてます♥ あとお酒とか恋愛とか、好きなことも大切に♥

RICOクリニック



☎03-6451-2066
13：00 ～ 21：00
（最終受付20：00）
年中無休　東京都目黒区上目黒1-26-1 中目黒アトラスタワーアネックス3F

脇坂先生が本当にやっている施術4つ♥

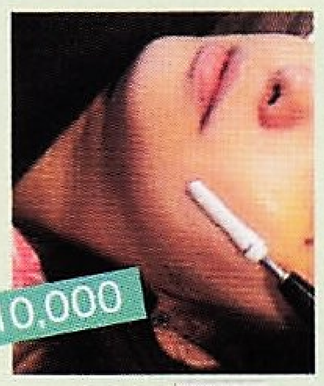
1 IOライン脱毛

初回 9,800円



痛みが少ないソプラノの機器を導入。2カ月に1回で5回続けるとかなり薄くなります。IOラインは衛生的にもおすすめ♥　料金はIOライン5回コースで￥151,000より30%割引。

2 ケミカルピーリング



￥10,000

酸（薬液）で古い皮膚を科学的に溶かし、新しい皮膚のターンオーバーを促します。ニキビや毛穴のつまり、脂性肌の改善、小ジワやシミ予防にも！

3 美容点滴

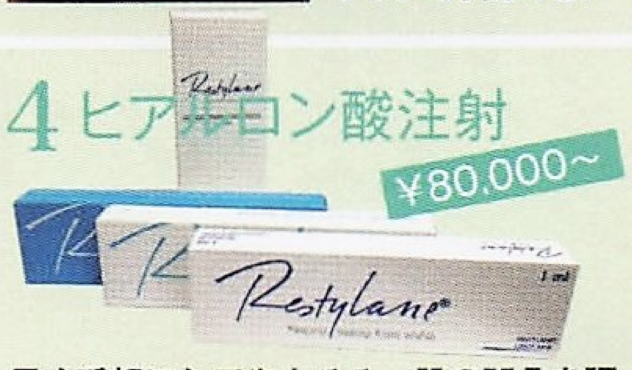
￥1,500～



美肌や若返りに効果的なプラセンタ注射やワンショットビタミンC注射。プラセンタには肩コリ、腰痛、疲労回復効果もあるのでぜひお試しを♥

4 ヒアルロン酸注射

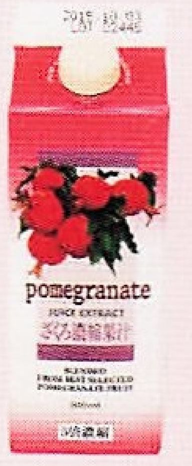
￥80,000～



最も手軽にシワやたるみ、肌の凹凸を調整できるのがヒアルロン酸注射。眉間や口角などのシワやほうれい線、唇を厚くする、輪郭の強調など、気になる箇所に！

脇坂先生の美習慣4つ♥

ヘルスケア



むくみ防止にいいカリウムやエストロゲン、ビタミンCが豊富な濃縮還元のザクロジュース。お水や炭酸、お酒で割ってほぼ毎日飲んでます。ストレートより濃縮還元の方が栄養価が高いらしいですよ！

ヘアケア



常にヘアカラーをしているのでキューティクルが傷みがち♥　美容室で勧められて使い始めたディーセスのヘアシャンプー＆トリートメントでカラー長持ち♥

フェイスケア



発汗性抜群のエプソムソルトの入浴剤でむくみを解消！身体はもちろん大量の汗で顔もつるつるに♥　リファは全身浴の合間にコロコロマッサージ★

アイケア



まつエクもつけまもするので、まつげ育毛剤はマスト！クラッシュビスタ20,000円は厚生労働省から製造販売承認を受けたまつげ貧毛症治療薬。

山下先生が本当にやっている施術&美容法4つ♥

1 オーロラ



初回 ￥10,500

肌のくすみが改善されるので、透明感が増してキメ細やかな素肌へ。京都のjoe clinicで。1回100shot・5回コースだと42,000円でお得。

2 ゴルフ



最近友達と始めたゴルフ♥　打ちっぱなしも多いのですが月1回はコースへ！　スイングするとストレス発散にもなるし、体幹も鍛えられるしでいいことづくめなんです♪

3 玄米&無水調理



玄米を食べると肌の調子がいいので、油を少なめに野菜を多めにバランスを考えています。無水調理を始めたのは、栄養素が失われないし、素材の味を楽しめるから♥

4 海外旅行は年1～2回



ショッピングが好きなので、ヨーロッパ方面へよく行きます♥　シーズンごとに服やバッグでだいたい100万円くらいは使っているかも!?

山下先生の美習慣4つ♥

エクササイズ



森林浴とかスポーツジムで身体を動かすのが好き♥ 今はフィットネスの水中エアロビクスにハマり中！楽しみながらエクササイズしてます。

香水



もう7年くらいヘビロテしている大好きなCHANELのCHANCE★　外出時にしっかりメイクして、香りをまとうことで女子力アップをはかっています♪

ヘルスケア



毎日2リットル以上のお水を飲むように心がけています。一気に飲むと気分が悪くなるので少しずつ慣らして♥　続けて1年ほどですが、肌のカサつきがなくなり、疲れにくい身体になりました！

ヘルスケア



100%完全有機無農薬野菜のサプリメント、アムウェイのトリプルX8,600円（下）。大豆イソフラボンが豊富なプロテイン4,600円と一緒に、野菜不足になりがちな食生活に。

最新のトレンドはシーズンごとに必ず押さえます！



暖かいのとデザインが気に入ってフランスで買ったダウンコートは約7万円♥ 黒のワンピースはHAN AHN SOON（ハン アン スン）で約4万円。コートで見えないけどショルダー部分の蛍光グリーンが効いているデザインです♥　ヒールはヴィトンで約15万円、斬新なデザインのバッグはギャルソンとヴィトンがコラボした160周年の記念モデル♪

美人ドクター7人目

毎日の自炊&たっぷり睡眠カラオケと買い物でHAPPY♥



山下真理子先生(29歳)
医師

無水調理や玄米でヘルシーご飯♥ お肌も健康も基本は食から！

最近は1日3回、きちんと作って食べています。朝は8～9時、昼12～13時、夜18～19時と規則正しく！　いろいろ試して規則正しい食生活がすべてだと改めて感じてます。両親も妹も医者の家族の中で育ったので、自然な流れでこの道に入りました。医療の正しい知識をもっと広めていきたいですね！

今年もアノ季節がやってきた!!新作サンタも勢ぞろい♥

のサンタを生んだ!!!

今年は30型ラインナップ



2点セット ¥2200

6点セット ¥2800

3点セット ¥1980

4点セット ¥1480



3点セット ¥3500

今年は2サイズ

今年最大の注目サンタ!!

レビュー!!!



全身コーデ最安1480円〜!!

6点セット ¥3500

12/24のイヴに間に合う

即日発送!!!

確実に欲しい方は早めの注文を!!



DAZZY STORE by dazzy
DRW by Dazzy 発!!
10万人
オリジナルサンタコス
キャバ嬢着用率ナンバーワン!!
3点セット ¥1980
5点セット ¥2800
5点セット ¥2400
4点セット ¥1980
5点セット ¥2800
5点セット ¥2800
販売開始から
3分で180枚!!
SUPER HIT!
驚異的高
http://dazzystore.com
No.1ドレスSHOP
DAZZY STORE by dazzy
http://d-rw.com
下着・ランジェリー
DRW by Dazzy
Dazzy サンタ
ご注文・お問い合わせ(10:00〜19:00) : 03-3456-3737
姉agehaだけの♥特別クーポン
店内全品
1000円OFF
クーポンコード : 111301
2月7日まで有効。ご利用には会員登録が必要です。
サンタ特集ページは
コチラからアクセス
DAZZY STORE by dazzy
DRW by Dazzy

FM SHONAN 78.3 MHz NAPASA

「BAYSIDE DIVA SHOW」
／パーソナリティ詩音
毎週月曜、19：30～20：00
提供：LIFE corporation.inc

©1993 SHONAN.BM

◆ スマホでの全国試聴はこちら

「TuneIn Radio」で検索してアプリをダウンロードしてね！

チューニンラジオ

これからも詩音をよろしくね!!
Greed Room を check check
2014.12.7
Luv ya xxxx

SHION



Shion

オフィシャルBlog
「It girl」
http://ameblo.jp/bayside-44-diva/

Twitter
@bayside44diva

Instagram
@bayside44diva
http://t.co/LYKwlC5yfn

詩音×Greed Room

詩音が着こなす、日本初上陸!
韓国ファッションのセレクト通販shopオープン!
素材違いのブラックスウェットにタータンチェックのアシメスカートをオン♪

グリードルーム
http://greed-room.com/

Hibis

詩音アート参考価格
￥3,300～／Hibis

【掲載特典】
H15年1月末までのお申し込みでスクール受講料3,000円（税込）引き、ボディージュエリー施術ワンポイントサービス♪

Hibis（ヒビス）
http://www.hibis-bodyjewelry.com/
神奈川県横浜市中区太田町5-63

ヒビス

詩音GOODS♥ WebSTORE

最新グッズ情報は
WEBでCHECK♥
http://shion44.jp/store/



￥3,000／iPhoneケース（iPhone5用）
BDSとクロスのモチーフがクールなデザイン（左、中）。オフィシャルタオルの人気デザインを落とし込んだデザイン（右）。

￥5,537／オフィシャルスナップバック
BDSをメインモチーフとし、サイドにIVIV（44）の刺繍を加えたスナップバック。カラーはブラック、ホワイトの2色展開。

￥1,852／オフィシャルタオル
「BAYSIDE DIVA SHION」をトライアングルデザインのBDSが囲むデザインタオル。

春夏秋冬

～冬～詩音ファン・ミーティングVol.4

2014.12.23（祝・火）
開場14：30、開演15：00 ※終演18：00
会場 平塚 AREA
神奈川県平塚市紅谷町13-13 紅谷座ビル1F
50名限定 ※先着順で定員に達し次第終了とさせて頂きます。
1,000yen（1Drink・税込）

@ club area
www.hiratsuka-area.com



Dress 01

ボディラインにぴったり合う素材で、しなやかな大人ラインの出来上がり。オフショルにもなるから気分で合わせて。バンテージトップス¥7,900、ハイウエストバンテージタイトスカート¥9,800、ゴールドネックレス¥2,500／すべてnews



二重の女神 まあさ

Mahsa

ドリームマジック
ミラクルチェンジアイテープ¥800

まぶたが厚めの方も、くっきり二重が作りやすいアイテープ。テープの上からメイクしても目立たないよ♪
スリム 192枚入り96組／ワイド 60枚入り30組

News Dress Collection 2014

トータルプロデュースからコンサルタントまでこなす
本格派ドレス＆スーツショップ！

※こちらに掲載している商品は全て税抜きとなります。

ニュースセレクション

http://news-selection.com/



Dress 02

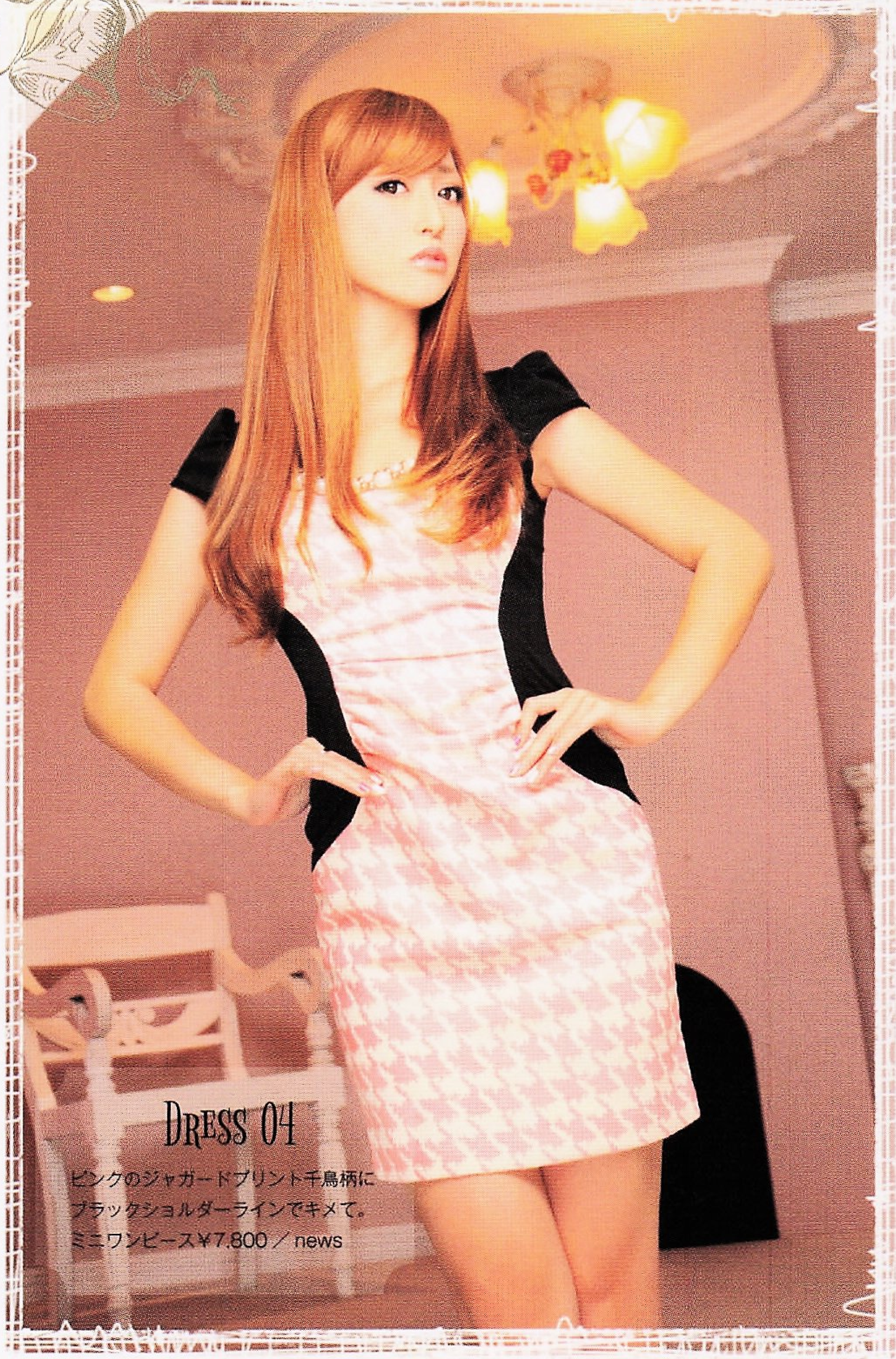
ベージュのかわいさを引き立てる首元のライン。ツイード素材でおしゃれLADYへ。ツイードワンピース¥17,000、キラキラララメレース×ビジューの14cmヒール¥7,000／news



May your days be filled with happiness.

Special Story







今日のスタイルは、明日の私を作る。私の気持ちが、魅せる自分になる。

秋冬に人気のパーティシーンへ使えるドレスから、結婚式の2次会でも映えるミニドレスまで。多彩な展開をみせているニュースセレクションを要チェック!

RICO

湘南平塚 VOGUE
RICO

DRESS 03

裾のフリルとオフホワイトが輝く女性のモチベーションに。マーメードラインドレス¥47,800 / news

DRESS 04

ピンクのジャガードプリント千鳥柄にブラックショルダーラインでキメて。
ミニワンピース¥7,800 / news

Ichika Tachibana

湘南辻堂 ANTAEUS
橘 一華

DRESS 05

ワッフルの様なふわふわ感とカシュクールデザインの胸元。飾るビジューに負けないLADYへ。
ミニワンピース¥7,800 / news

いつもあなたのそばにいる、

そんな女性を目指すあなたへ。

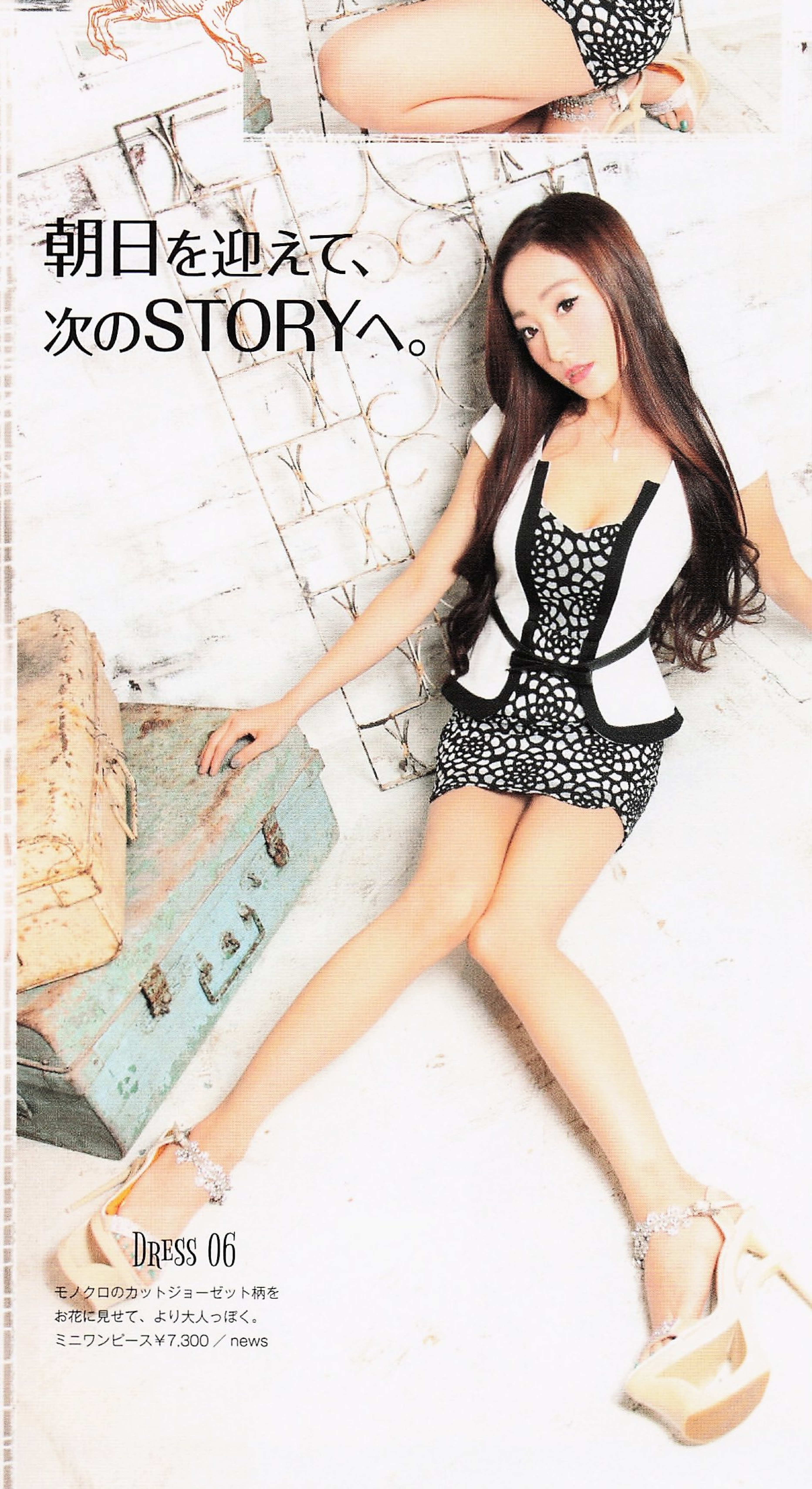


Yui Nakatani

湘南藤沢 RICH
中谷由依



朝日を迎えて、
次のSTORYへ。



DRESS 07

アイボリーカラーにペプラムデザインでエレガントレディ。ボディラインもタイトに強調。バンテージミニドレス¥16,800／news

DRESS 06

モノクロのカットジョーゼット柄をお花に見せて、より大人っぽく。ミニワンピース¥7,300／news

のマネー講座

みなさん貯金してますか？　アラサーといえば、結婚、出産、老後などなど、リアルな人生プランを意識しだすお年頃。今回は将来不安になったり困ったりしないように、お金の上手な使い方&貯め方を勉強してみました！

PHOTO_Yoshinobu Bito HAIR&MAKE_Anri Mitsuishi EDIT&TEXT_Hironeko-A

アラサー世代の姉100人に聞いた お金のリアルレポート

そこそこ稼げるようになった分、出ていくお金も意外と多め。将来のことを考えて貯金への意識は高まってます。

Q1 現在の貯金の額は？

平均 **159.7万円**

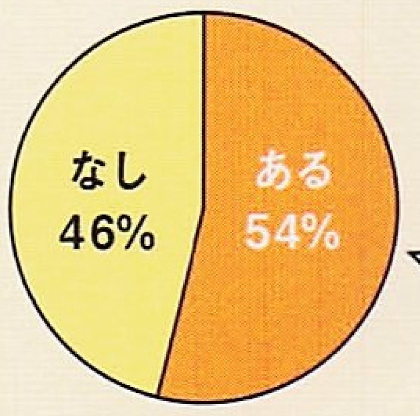
「貯めよう！」と決意した理由1位は「将来のため」。「なんとなく」と意識してなさそうな人でも実はがっちり貯めてるようです★

Q2 月にいくら貯金してる？

平均 **3.15万円**

0～100万円と差はあるけど7割が毎月同じ額を貯金。計画的に貯めた方が買い物計画も立てやすいとの声も。

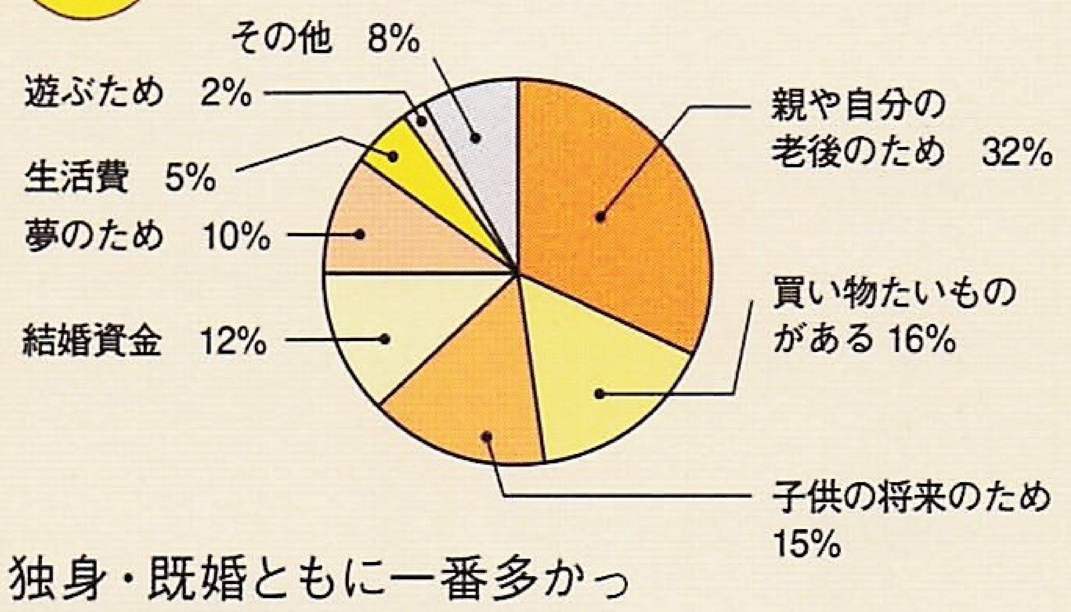
Q3 いくつまでにいくら貯めるという目標はある？



平均目標額は3000万円！

主な動機は、仕事や結婚、子供のため。「5年で1000万円」、「3年で6億」など、意識が高い人は目標額も高め！

Q4 なんのために貯金してる？



独身・既婚ともに一番多かったのは「自分の老後のため」。その他は「不安になるから」、「病気に備えて」など。

Q5 1カ月の世帯収入は？

平均 **40.7万円**

既婚者は、旦那様との収入を合わせた額で算出。共働きに限らず、独身でも月80万円以上稼いでるやり手が多い！

Q6 1回の買い物でいくらまでならお金を使える？

平均 **5.3万円**

下は1万円、上は100万円と大差。「自分だけのお金じゃない」と考える既婚者ほどお金の使い方が堅実な模様。

Q7 人生で一番高い買い物はいくらだった？

平均 **641.8万円**

人生で一番高かった買い物の内容（一例）	
1位	車（平均266万円）
2位	家・マンション（平均2650万円）
3位	ブランド品（平均140万円）

左記以外に旅行や脱毛、プチ整形などの答えが登場。「堅実に貯めてから現金で一括払い」という人が多かったよ。

Q8 1カ月に何回クレジットカードを使う？

平均 **12.4回**

所有するカードの枚数は平均2枚。多い人では4枚でした。現金代わりに持ち歩いてスーパーなどでほぼ毎日使うという人も。

Q9 「今月お金ピンチ！」と感じるのはどんなとき？

- 給料日前
- 高い物を買った
- 仕事で赤字が出た
- カードを使い過ぎた
- 貯金残高が10万円以下

預金残高やカードの明細、高額商品のレシートなどリアルな数字が一番恐怖!!　マメに見れば倹約になるかも!?

Q10 ピンチを乗り切るためにどんな工夫をしてる？

- 仕事を頑張る
- なるべく現金で払う
- 計画を立てて買い物
- カードローンを使う
- 外食を減らして自炊

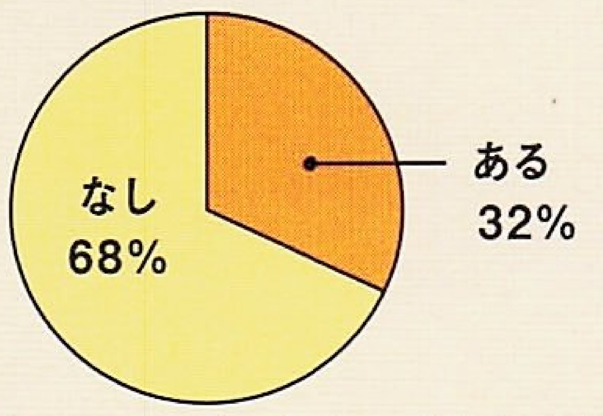
「働いて取り戻す！」とピンチをチャンスに変えるパワフルな姉が急増。専業主婦は節約で乗り切る人が多め。

Q11 よくやる節約法は？

- 家に引きこもる
- 古着や中古品を活用
- タクシーをやめて歩く
- もやし生活
- 使ったつもりで貯金

財布が寒くなった姉は冬ごもりに入る習性がある模様。止まらない物欲は脳内ショッピングで満たすという人も。

Q12 カードローンを利用したことはある？



「低金利だしクレジットカードより便利」という声が増えてる反面、カードローン自体をよく知らないという人が多いという結果に。



今月ピンチ！と感じたら

収支を見直すチャンスかも！

主婦&TOKYO NADESHIKOブロガー（34歳／東京都）既婚・子供なし MERIさん

ライター&TOKYO NADESHIKOブロガー（35歳／東京都）既婚・子供なし 水野祐香さん

上手に使って賢く貯める！

アラサー女子

お金がなかなかたまらない！姉読者3人の マネープランをチェック！

やりくり下手代表のお金の使い方をプロがガサ入れ。何をどう削ればいいかのアドバイスは読者も必見ですよ！

Aさん（28歳／神奈川県）
独身・子供なし

会社員。1人暮らし。趣味代の内訳は、ヨガのレッスン代や雑誌などの書籍代。雑費の内訳は生活用品がメイン。

1カ月の収入：28万円

［支出］

家賃	6万円
食費	4万円
光熱費	1.2万円
洋服代	4万円
美容代	2万円
携帯代	1.4万円
交通費	1万円
趣味代	1.3万円
遊興費	5万円
カード支払い	2万円
カード利息	0.5万円
雑費	1万円

1カ月の支出：29.4万円

［Aさんコメント］
飲みの場やクラブが好きで、毎月残高限界まで豪遊。ヤバくなったら、クレジットカードに頼るという悪習のせいで常にカツカツ。

先生からのアドバイス
食費、遊興費の金額の多さが目立ちます。がんばってそれらの支出を抑えようとするより、逆の発想で「毎月いくらまで使って良い」という金額を決め、その中でやりくりしてみてはいかがでしょうか？

Bさん（27歳／兵庫県）
既婚・子供2人

専業主婦。旦那の給料だけで生活。月3万円貯金しているけど、マイホーム購入のためにもっとやりくりしたい★

1カ月の収入：40万円

［支出］

家賃	8万円
食費	6万円
光熱費	3万円
洋服代	3万円
美容代	2万円
外食代	1万円
交通費	3万円
趣味代	1万円
携帯代	3万円
保育園代	1.5万円
カード支払い	1.3万円
雑費	5万円

1カ月の支出：37.8万円

［Bさんコメント］
カードで購入した10万円の洗濯機を10分割で月1万円ずつ返済してます。雑費のうち3万円は旦那のこづかい。もっと減らすべき？

先生からのアドバイス
まずマイホーム購入のための具体的な自己資金の金額と、そのお金をいつまでに貯めるかの期間を定めましょう。それに合わせた金額を毎月定額で貯金し、残りを生活費に回せるようにしてみましょう。

Cさん（33歳／東京県）
バツイチ独身・子供1人

郊外のスナックで週5日勤務。子供は現在4歳。日中は保育園、夜は託児所を利用。養育費はもらえてない…💧

1カ月の収入：50万円
カードローン：8万円

［支出］

家賃	7.5万円
食費	4万円
光熱費	5万円
洋服代	6万円
美容代	6万円
外食代	5万円
携帯代	3万円
趣味代	4万円
交際費	3.2万円
カードローン返済	0.8万円
リボ払い利息	2.5万円
雑費	11万円

1カ月の支出：58万円

［Cさんコメント］
カードローンが命綱。でも適当に借りてるからか、たまにリボの利息が高くてビビる　子供が小学校に上がる前に200万円貯めたい。

先生からのアドバイス
収入より支出が多い限り貯金はできません。急な出費以外の支出は収入の範囲内に収めるべき。リボ払いの利息も大きいですね。支払い残高の確認とカードローンとの比較を行い借換えを検討してみては？

渡辺威済（たけなり）先生



山梨県富士吉田市の税理士法人みらいとの代表社員であり、税理士。経営相談などのほか、FP（ファイナンシャルプランナー）としての業務にも従事。

アラサーへのアドバイス

貯金を始めるのは早ければ早いほどよいです！

結婚してもしなくても貯金は必要不可欠。既婚者の場合は家族のための支出に注目。教育や住宅、老後、不測の事態など、それぞれ必要な金額が違うので目的ごとに貯金や保険等を使いわけることが大切です。

カードローンを上手に使う方法って？

読者の間で注目度上昇中!!

相談がてらにもう1つ質問！「いざってときに便利！」「想像より手数料が安い」と口コミでウワサのカードローンを賢く使うコツを先生に教えてもらいました★

その1 急にお金が必要なときの保険やお守り代わりに◎

一般的にカードローンは審査に通れば限度額までは自由に借入可能で使途も自由。なので急にお金が必要な時に便利です。すぐ使わなくてもカードを作っておくと、いざという時の備えとなります。

その2 余分なお金を借りずに短期間で返済する

急なお金が必要なときに利用できることも魅力。利息は日割りでついてくるので、必要なお金だけ借りて、なるべく短期で返済を行うようにしましょう。そうすれば支払う利息も少なくて済みます。

その3 返済額や期間などを把握しておくことが大切

毎月の返済額や利息の支払い、全額返済までの期間を一般の方が計算するのは手間がかかります。いまはネット上で簡単にシミュレーションできるので、それを利用して返済計画を立てましょう。

その4 複数のカードローンやリボ払いはおまとめを検討して

一つのカードローンにまとめることもできるんです。一般に限度額が高いほど利率は低くなるので複数の場合と一本化した場合の利率の比較を行うことで利息の支払いを減らせる可能性もあります。

賢いお金の使い方はWEBマガジンへ!!

女のコの賢いお金の使い方は、オシャレ女子のライフスタイルをコーディネートするWEB情報マガジン LIKE IT!! にて特集中!!



プロミス　検索

LIKE IT!!　検索

sugar& Jewels♥

Happy Holiday!

♥ Santa Collection ♥

誰よりもダントツで可愛い♥タで主役はいただき♥

christmas!



CoordiNate 4SET

スカートに散りばめられたビジューが可愛い♥
こだわり抜いた可愛さで目立つこと間違いなし♥

ボレロ付きであったかcute♥サンタドレス豪華4点セット♥付属品：ワンピース・サンタ帽子・アームウォーマー・レッグウォーマー sugar/¥9,500(税抜)



CoordiNate 6SET

チュールでプリンセスサンタに変身♥
洗練されたデザインで周りと差がつく♥

着るだけでプリンセス気分が味わえる♥サンタドレス豪華6点セット♥付属品：サンタ帽子・アームウォーマー・リボンカチューシャ・トップス・スカート・レッグウォーマー Jewels/¥6,463(税抜)



CoordiNate 4SET

赤白の可愛いチュールが目を惹く♥
胸元のボタンで可愛さアップ♥

可愛さにプラスして付属のベルトで細魅せ効果も♥サンタドレス豪華4点セット♥付属品：サンタ帽子・ワンピース・アームウォーマー・レッグウォーマー sugar/¥8,500(税抜)


CoordiNate 5SET
ウエストの大きなリボンが目を惹く♥ふんわりチュールでキュートさアップ♥
ふわふわチュールが乙女心をくすぐる♥サンタドレス豪華５点セット♥付属品：ワンピース・サンタ帽子・インナーパンツ・アームウォーマー・レッグウォーマー sugar/￥9,000(税抜)
CoordiNate 5SET
誰もがトリコになるシルエット♥胸元リボンでプレゼント風サンタ♥
ベーシックなデザインだから初めてチャレンジするコにもオススメ♥サンタドレス豪華５点セット♥付属品：サンタ帽子・レッグウォーマー・リボンカチューシャ・ワンピース・ファーブレス Jewels/￥5,537(税抜)
CoordiNate 5SET
いつものサンタじゃつまらない♥周りと差がつくキュートな雪だるま♥
ホワイトサンタで目立ち度 No,.1 間違いなし♥サンタドレス豪華 5 点セット♥付属品：フード・サンタ帽子・ワンピース・アームウォーマー・レッグウォーマー sugar/￥8,000(税抜)
CoordiNate 3SET
モコモコトナカイで新しいスタイル♥今年はキュートなクリスマスを♥
モコモコのフードと袖があったかキュート♥サンタドレス豪華 3 点セット♥付属品：トップス・ボトム・しっぽ Jewels/￥5,537(税抜)
Merry Christmas♥
CoordiNate 4SET
着るだけで魔法の美ラインに♥2段フリルで女の子らしさ全開♥
胸元のパールが輝いて女の子の魅力溢れる１着♥サンタドレス豪華４点セット♥付属品：ワンピース・サンタ帽子・リボンカチュー・アームウォーマー Jewels/￥5,537(税抜)
sugar
http://www.sugar-net.com/
Jewels
http://www.jewels-net.jp/
おしゃれサン
happy

Blanc Pur 100で
朝からパックの新習慣♥

私の時間は私だけのものだから、たとえ100秒でもしっかりコントロールしたい。
時間がない朝もたった100秒の美肌ケアで、トーンアップした肌を1日キープしましょ♥

PHOTO_Youki Oneyama［JOPS］

Blanc Pur100って？

1. たった100秒でOK

肌に塗ったら100秒おいて洗い流すだけの簡単なパックだよ♪　お肌にたまった汚れや余分な皮脂を落として、同時に保湿もしっかりしてくれる✧

2. 合成着色料･香料、鉱物油無添加

お肌に優しい8種類の天然植物成分を配合♡　うるおい成分とひきしめ成分も入っているから、よりなめらかでハリのある肌になれちゃう✧

3. 顔も手も体にも使える

顔だけじゃなく手や体にも使えるから、首やデコルテも一緒にケアできるよ♥　ネイルした手もワントーンアップすることでより華やかに✧

使い方

洗顔で余分な皮脂や汚れを落とし、気になる部分になじませて優しく全体に伸ばしてね♥　100秒たったら水または、ぬるま湯で流すだけ★

成　分

水、ポリアクリルアミド、ジメチコン、ペンチレングリコール、水添ポリイソブテン、ナツメ果実エキス、クレマティス葉エキス、セイヨウナツユキソウ花エキス、スギナエキス、セイヨウキズタ葉/茎エキス、ヒバマタエキス、アロエベラ葉エキス、キハダ樹皮エキス、ラベンダー油、ヒアルロン酸Na、酸化チタン、スクワラン、グリセリン、BG、ラウレス-7、エタノール、メチルパラベン、酸化鉄、トリデセス-4カルボン酸Na、水酸化Al



24時間のうちたったの100秒で肌コントロール習慣♥

Blanc Pur 100
150g ¥3,000(税抜)

お問い合わせ先

株式会社アンプリー 名古屋オフィス
☎052-684-7214

株式会社アンプリー
☎03-3567-8666
http://www.amply.co.jp/

安浦利有限公司
☎(02)2558-2269
E-Mail:amply.tw@msa.hinet.net

キレイになりたい女子必見!! 世界中の最新コスメが見れる

PHOTO_Yoshinobu Bito
EDIT&TEXT_Yu-ka Mizuno

10月20日～22日

国際化粧品展で流行チェック!!!

美容にゴールなんてないよね! 日々進化する最新コスメを発掘するために国際化粧品展へ行ってきたよ♪ 国内外より500ブランドが集結する会場の中から、お姉さんが気になる流行コスメをチェックしてきました



姉agehaの特大ポスター発見★



水野祐香さん

MERIさん

パウダーと水を3:1でまぜる!

TOKYO NADESHIKO がレポートします♪

アンプリー 気になるトレンドNO.2

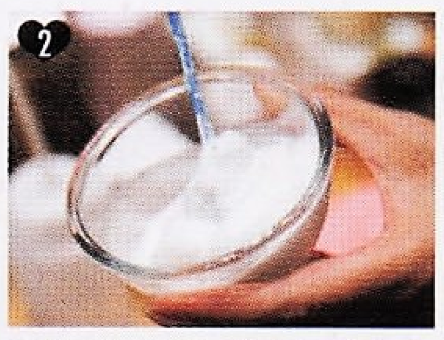
自分好みにラッピングできる美容液♥

「中身はいいけどパッケージがダサいっ!!」と叫びたくなる化粧品ありませんか? そんな読者様にオススメなのが自分の好きな柄にできる美容液♥ こんなの待ってた

アンプリー 気になるトレンドNO.1

シュガースクラブ入り炭酸パック♥

美容業界で話題沸騰中の炭酸パック✧ ジェルよりもお手入れが簡単な泡タイプが気になる シュガースクラブは水に溶けやすいから、お肌への刺激や負担も少ないんだって♥





20回ほどまぜていくとふわっふわのホイップ状に変化✧ 肌に密着しそう♪

パウダー状の炭酸パックをボールに入れて普通の水でまぜます





指でクルクルとマッサージしてスクラブ効果も あとは洗い流して終了!

泡を肌にのせてくよ。お試しだから今回は手だけど、もちろん顔にもOK

こんなに肌色が変わった!



洗い流した後は炭酸で赤味が出るよ。少し時間がたつと肌がツルツル美白に✧

アンプリー 気になるトレンドNO.3

味よし、見た目よしのサプリメント♥

「何これ?おしゃれ～♥」と二人が飛びついたサプリメント✧ 試食したブルーベリーはチュアブルタイプでおいしかったよ





姉agehaで私たちも作った♥

この美容液、姉agehaモデルがデザインして販売してたんだよ インテリアの邪魔にもならないおしゃれな美容液だったらお手入れするのも忘れない♪



んまっ♥



平さん

アンプリーは企画・容器開発・製造までしています。おしゃれコスメで気分を上げよう!

他にもパッケージを変えられます♪

お客様のニーズに合わせて、化粧水や乳液のラベルも変えられちゃう 洋風から和風までデザインのバリエも豊富にそろっててかわいい♥



乾燥肌が気になる祐香さんはスクラブ入りが気になるみたい。シュガースクラブは肌に優しいから毎日パックしてもOK 黒ズミも取れるんだって♪



毎日やってもいいのかな～?

まだまだ気になる!!

ASLEEH 色が変化していくリップスティック♥

韓国コスメのウィッチズポーチ✧ カラフルでPOPなリップスティックは、つけると薄いピンクに発色するから不思議♥ 保湿されてツヤも出るよ!



コルペア 水の研究で生まれたゲルフェイスマスク♥

水・水溶性コラーゲン・ヒアルロン酸そのものでできたルネッサンス ド ボウ ゲルフェイスマスクは、肌の深層部にまで浸み込んでプルプル肌に✧





加齢に負けず、華麗に生きたい♥

GINZA:ARK 気になるトレンドNO.5

毛穴をキュッ!! TVでも話題の炭酸美容液&オイル



新宿の@cosmeショップでクチコミランキング1位を獲得したという話題の炭酸スキンケアをレポート♪ 痛キモチイィ～!! 新感覚のスキンケアなんです

テスターを試すよ!



よく振った後に手のひらに出すとこんな風に泡になって出るよ! 強炭酸だから直接顔にはNG★



ディースプラッシュ・ラベッラはスプレー缶タイプ 9種類の美容成分が入った炭酸美容液なの!

パチパチ音がする化粧水はここだけ



すご～い★ パチパチと音がする!



ヒルナンデスでも紹介された注目コスメです。ぜひ試して下さい!



服部社長さん

耳元に泡を持っていくとパチパチと炭酸の音がしておもしろい♪ この泡を両手でつぶしてから顔につけるんだって!

コスメティックローランド 気になるトレンドNO.4

純金箔入り✧ リッチな化粧水でアンチエイジング!!



キラキラと光る純金箔が入った化粧水は、金イオンが年齢肌にハリを与えるんだとか✧ スクワランやコラーゲンなどの天然保湿成分でしっとりなめらか肌になるよ♥



純金箔がこんなにたくさん♥



浄化凛肌 ゴールドリッチローションはしっとりするのにベタつかないテクスチャー

MERIさん、高保湿型ナノクリームに夢中♥



オールインワンタイプのナノクリームは簡単に保湿ができるから忙しくてもケアできそう♪





石田さん

スキンケア～ボディケアまで美肌アイテムを豊富に取り扱ってます!





テンションMAXで、(←)短くしちゃいました！ 本当に割引しちゃってます♥

「この機会に是非一度、
エルミタージュに訪れてくださいねっ！」
by LALA



5 anniversary!

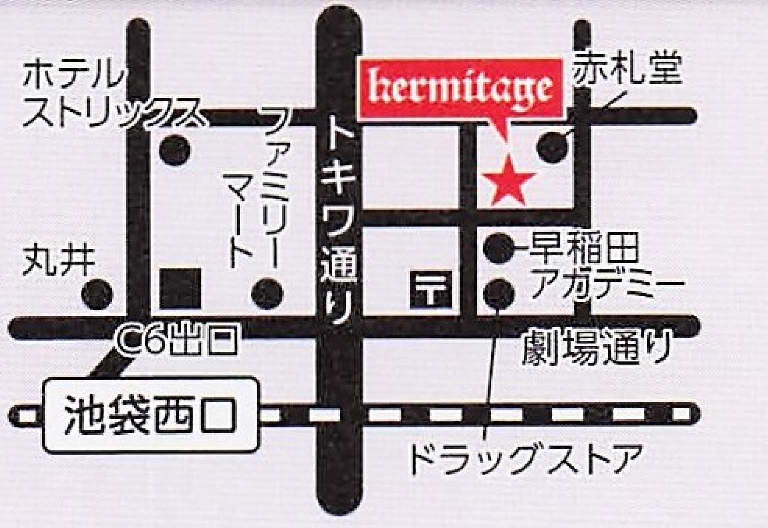




代表スタイリスト
鈴木 美里



エルミタージュ
東京都豊島区池袋2-54-14 東拓ビル1F
11:00～23:00(21:00最終受付)
年中無休



全国唯一ナイト系専門美容室

hermitage

hsalon.jp

<PR>


hair make hair design
hermitage
Congratulation,
5 anniversary!
エルミタージュは、おかげさまで5周年を迎えました。
感謝を込めて「姉agehaを見た」で ご新規様限定
全メニュー※ 20%off!!
※2月末まで
mail : info@hsalon.jp
tel : 03 3984 1155
web : http://hsalon.jp
LINE
公式アカウント @hsalon
ご予約ID hsalon
model／LALA

姉ageha お姉さんアゲハ

応募方法

必ず指定の場所に写真を貼り、必須事項を書いて切り取り、封筒に入れて編集部まで送って下さい。

〒156−0042 東京都世田谷区羽根木1-21-1 亀甲新は66
medias株式会社
お姉さんアゲハ編集部「読者モデル応募係」

編集部での審査の後、合格者のみご連絡を差し上げます。

24歳以上限定です★（上は年齢制限なし）

読者モデル大募集中♥

全身のPHOTO
プリクラ不可

顔のPHOTO
プリクラ不可

ここ3ヵ月以内のはっきり写っている写真でお願いします

名前 （　　歳） 電話番号

住所 職業（職種を詳しく）

生年月日　年　月　日 メールアドレス 趣味・特技

整形モニター　OK・NG　メスを使う施術　OK・NG　注射などのプチ整形　OK・NG

自己PR

今までのエステ痩身機器はもう古い!!

Di-Lipo（ディライポ）最新痩身マシンは確実にヤセBODYを作ってくれる!!

「今までどんなダイエットをしても続かなかった」「エステで高いお金を払ったのに効果がすぐ終わってしまった」そんな人たちに今人気急上昇中のエステ痩身マシンがDi-Lipo。どんな機器よりも確実で、どんな痩身技術よりも満足度の高い、その理由を大解剖します!

EDIT&TEXT_Haruka Noda

What is the Di-Lipo?

エステサロンに設置されている痩身マシン。HIFU技術を搭載した最新機器。超音波で脂肪細胞に熱を与え、溶かして体外に排出させます。ダイレクトに脂肪細胞の数を減らしていけるから、運動や食事制限はもういらない。今までのエステ痩身機器や他のHIFU搭載機器とは違い、確かな結果がついてくることで話題に。

＼ Di-Lipoのココがスゴい!! ／

1

今までのエステ痩身
長い時間をかけて少しずつ変化させていく
▼
Di-Lipo
短期間で確かな変化を実感できる

2

今までのエステ痩身
表面の新しい脂肪細胞から刺激していく
▼
Di-Lipo
深い層の頑固な脂肪から除去できる

3

今までのエステ痩身
時間をかけている間に新たな脂肪がついてしまうことも
▼
Di-Lipo
1回ごとの効果が高くリバウンドしにくい

……本当？

本当です♡
その理由は
ページをめくって♡

ページをめくって♡

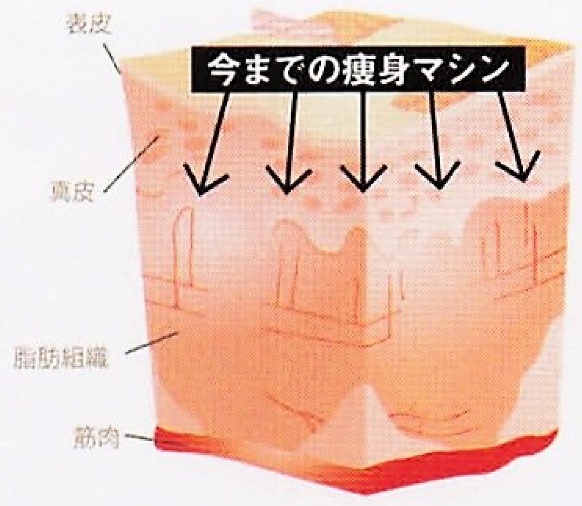
Di-Lipoがスゴい理由

1 短期間で変化を実感できるのはDi-Lipoが搭載した特殊技術があるから



ラジオ波、キャビテーション、冷凍などここ数年で色々な
エステ痩身が話題に。でもこれらの技術にはどこかに
弱点があったのも事実。(弱点の詳細は次のポイント2、3で。)
Di-Lipoはそこに着目し、**HIFU(ハイフ)技術を搭載。**
確実に効果を実感できる痩身マシンとして話題沸騰中！
さらにDi-Lipoは痩身マシンに珍しい**純国産。**
安心と安全が保証されていることも多くの
エステサロンから支持されている理由のひとつです。

2 深い層にある頑固な脂肪を刺激、セルライトともサヨナラできる





脂肪細胞を溶かしたり分解したりする機器は
今までにも登場しているけど、皮膚と近い表面の脂肪を
刺激するものが大半。奥底で定着してしまった
脂肪にたどり着くには時間と辛抱が必要でした。
でもDi-Lipoは、**普通のダイエットでは**
落としにくい深い層の脂肪細胞から刺激。
セルライトにも効果的です。
脂肪吸引をしなくても硬くなった脂肪とサヨナラできちゃう！

3 1回ごとの効果が高いからリバウンドしにくく部分ダイエットがしやすい



2で説明した表面の脂肪とは、すなわちついたばかりの脂肪。
溶かしたり除去したりしても油断するとまた新たな脂肪が
くっつきやすく、脂肪がついては溶かすを繰り返すハメに…。
その結果、効果を実感しにくかったのも事実。
Di-Lipoは深い層の脂肪から刺激することでその弱点を解消し、
リバウンドのしにくさを実現。
しかも**ピンポイントで脂肪を刺激**するから、
パーツごとのサイズダウンがしやすい！
オーダーメイドのカラダが作れちゃうところもDi-Lipoだけの魅力です。

実際に使用した人の声

太ももの付け根のぷるぷる肉がなくなった！

施術したすぐ後に変化が見られた上に、数日後、明らかに太ももの付け根がほっそり♡　こういう機械って数日で効果が見られなくなったりするけどDi-Lipoはずっと細くいられたよ!



専属モデル
(31歳／東京都)
独身・子供なし
桜井莉菜

施術後すぐに脚が細く、ぷにぷに♡

初めて施術したすぐ後に脚がすっきりしてびっくり!　今までの痩身って汗をかいたり痛かったりするのが嫌だったけどDi-Lipoはそれがないからマイナス点がなくて良かったです♡



美容関連会社社長
(29歳／東京都)
既婚・子供なし
山田るり子さん

YouTubeでも説明動画を配信中!!　YouTube [Di-Lipo] で検索!!

Di-Lipoに関するお問い合わせ先

MDS株式会社　http://www.k-mds.jp　0120-442-334

Di-Lipoの確かな技術は日本全国に拡大中!!

ホットヨガスタジオ

LAVA × Di-Lipo

70万人が体験したLAVAのホットヨガとDi-Lipoの最強美容コラボで楽しみながらヤセられる!!

内面から鍛えて美しくなれるホットヨガと、外側から脂肪撃退をするDi-Lipoの組み合わせで本当の美ヤセBODYが完成！　ヨガで全方位的にヤセやすいカラダの土台を作れば、Di-Lipoの効果がさらに高まって気になる脂肪を一気に撃退できちゃうよ!!

LAVA×Di-Lipo施術の流れと効能

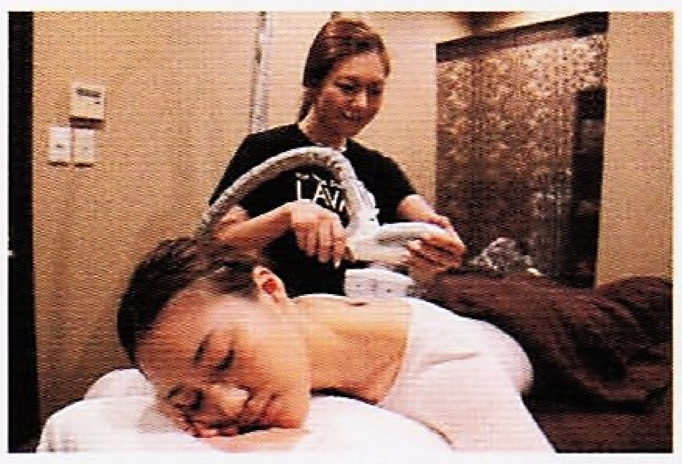


1

まずはホットヨガのレッスンを受講。カラダを芯から温め、血液の循環を良くするよ。ヨガを継続すると筋力がアップするから美しいボディラインになるのはもちろん、基礎代謝が上がってヤセやすいカラダに変化♡

2





ホットヨガのレッスンを受けた後にDi-Lipoの施術を受けるよ。代謝が上がって脂肪燃焼されているところにDi-Lipoで追い討ちをかけるから、脂肪細胞が効率よく撃退されていく!　普段使わない筋肉をヨガでほぐし、Di-Lipoでも刺激するから部分ヤセが叶っちゃう♡

ホットヨガスタジオLAVA銀座本店
http://www.yoga-lava.com
☎ 0570-00-4515（全店舗予約専用コールセンター）
[営業時間] 平日 9:00 ～ 21:00 ／土日祝 9:00 ～ 18:00
[定休日] 第 2 金曜日
[アクセス] 東京都中央区銀座 3-3-1　ZOE 銀座 4F
東京メトロ「銀座駅」「銀座一丁目駅」より徒歩 2 分、
JR 線「有楽町駅」より徒歩 3 分



■ INFORMATION ■

Di-Lipoスタートキャンペーン＆トライアルキャンペーン実施!!

Di-Lipoを初めてご利用の方に限り、

Di-Lipo6,000ショット／通常¥32,400が¥9,800に

6,000ショットで下記施術可能部位から1箇所をお選びいただけます。

二の腕、脇腹、ローライズ、ヒップ付け根、膝周り、ふくらはぎ、背中（上部or下部）、お腹、ヒップ、太もも（表or裏or外or内）

※LAVA姉妹店のリンクル9自由が丘店・麻布十番店、またLAVA姉妹店のマナラボ初台店・元住吉店でも12月からDi-Lipo導入決定!!　詳細は各店のWEB SITEにて。
リンクル9 [http://www.wrinkle9.com]
マナラボ [http://mana-labo.jp]
※価格は税込です

ブライダルエステ

ワヤンサラ × Di-Lipo

ブライダルに特化したサロンが本気の美しさを追求した結果、導入した痩身マシンはDi-Lipo♡

今までに6万人以上を施術した実績を持つ日本初のブライダルエステ専門店ワヤンサラ。二の腕＆背中痩せを名物に、確かな結果を出してくれる実力派サロンだよ！　そんな高技術を持ったエステにDi-Lipoが導入され、痩身のレベルはさらにアップ♡

ワサンヤラの特徴

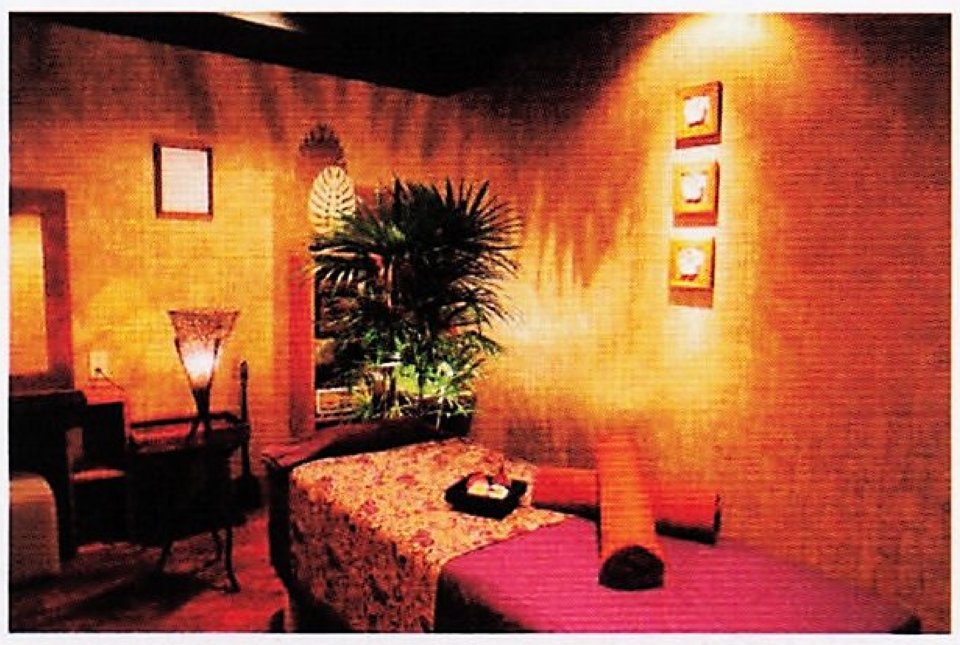


1

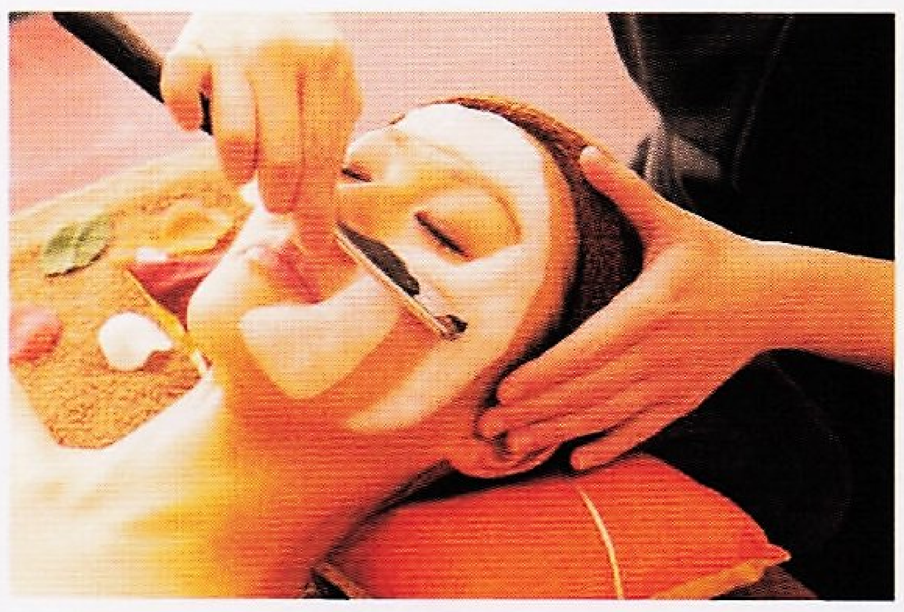
ブライダルエステだからこそ、なによりも結果重視なのが安心。その結果、安全性にこだわり、何度も検討検証を重ねて選んだのがDi-Lipoなのだそう。ワヤンサラで特に人気のある「二の腕＆背中痩せコース」はリンパマッサージとDi-Lipoを組み合わせることで効果がさらにパワーアップ!

痩身はもちろん美肌エステ、美容矯正、シェービングなど花嫁にかかせないメニューが豊富。保健所認可のサロンだから安心。

3



2



各店舗、全室リゾートのような癒し空間。個室だから着替えからメイクまでゆっくり過ごせる。ブライダルではなくても気軽に利用できるよ。

ブライダルエステ専門店
ワヤンサラ横浜店
http://www.wayansara.net/
※ディライポ痩身メニューは横浜店のみの対応です
☎ 045-412-3052
[営業時間]11:00 ～ 23:00
[定休日] 年末年始
[アクセス] 神奈川県横浜市西区北幸 1-1-8
エキニア横浜ビル 5F



来たる2015年への教訓と反省の意を込めて
2014年一番のやらかしエピソードを独占告白!

笑ってはいけない やらかし㊙報告 2014

2014年の反省は2014年のうちに！　ってことで18人の姉が2014年で一番やらかした＆こっ恥ずかしくて人に言えない失敗エピソードを4コマ漫画形式でプレイバック★　ポロリもあるよ♥

PHOTO_Yoshinobu Bito　HAIR&MAKE_Anri Mitsuishi,Chiharu Koya[ERINA,ANGEL,KANAE,MANAKA,MIWAKO,LALA]　EDIT&TEXT_Hironeko-A





「ほっときゃ治る」って言われたけど、何をするにも痛くてゲンナリ💧　やっぱ何事もやり過ぎはダメよ〜ダメダメってことだね。

たとえるなら空を駆ける青いイナズマ!! ってくらい強烈な痛みが走って悶絶💧「肉離れかも!?」と病院に駆け込んだんだけど、診断結果は筋肉痛…。マジで？

食べるのはガマンしない主義だから家でもマメに腹筋×背筋♪「今日も絶好調★」なーんて調子に乗った瞬間、予想外の悲劇が起きたの!!

本気でダイエットを始めた2年前から、マジメにジム通い！　いまでは人に思わず触らせたくなるくらい、パッキパキのカッチカチやで〜★

荒木さやか（29歳／東京都）



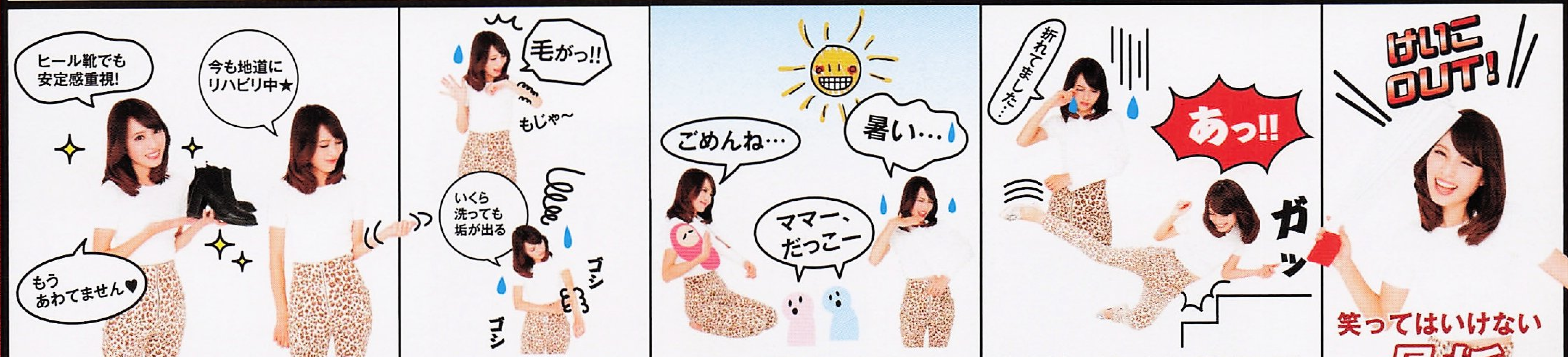
無事出産が済んで安心してからようやく周りに報告。めっちゃ驚かれたし「早く言え！」とも言われたけど、温かく迎えてもらえてよかった😊♥

「2人分♥」と食べるうちに、赤ちゃんも沙世も順調に成長😊「太った！」ってみんなに言われたけど、仕事柄お客さんに本当のことを話すのが怖くて…💧

幸か不幸か体調を崩した直後だったから、それを口実に安定期まで福岡で静養。マズイけど体にいいアロエジュースを飲んだりして規則正しく過ごしてた★

気づいたのは2013年の年末。妊娠2カ月でつわりが始まった頃だったんだけど、急に仕事を休むわけにもいかなくて…。正直キツかった💧

早川沙世（31歳／東京都）



垢は2週間ほどで落ちたけど、全快まではもう少しかかりそう。もう骨折はこりごりなので、ゆとりを持って行動しようと思います♥

ギプスを外したあとも衝撃。永久脱毛した腕に毛が生えてたの！　さらに洗っても洗っても垢が落ちなくて💧

よりによって季節は夏。腕のギプスとお腹のコルセットが暑くて暑くて💧　片腕しか使えないから、家事もメイクも子供たちを抱っこするのもひと苦労💧

ある日焦って走ったら、家の前の段差で転んで左腕とアバラを強打！　3日経っても痛むので病院へ行ったら腕は骨折、アバラにはヒビが入ってました💧

けいこ（30歳／滋賀県）


かなえOUT!
笑ってはいけない
ポロリ
杉山佳那恵（29歳／東京都）
は～るばる～来たでハワイ島～♥
アーローハー!!!
ウミガメ発見!
家族全員で大好きなハワイへトリップ♪ 究極に幸せ過ぎて、ホテルでも海でもご飯でもいちいち大絶叫★ うかれまくりのハシャギ杉山家になっとった！
ミランダ・カなえと呼んで♥
海も空もうちのもんや
日本じゃ着れないようなハデ服を買って＆着替えてテンションMAX！ ビーチでは流行りのバンドゥ水着でセクシーにキメて、セレブになりきりや★
白い砂浜
青い海
まぶしい太陽★
ハワイ最高～♥
ポロロ～ン♥
日本の夏は苦手やけど、ハワイは別格♥ 暑いほど気分が上がって、身も心も開放的に😆 でも、幸せに酔いすぎたうちは目の前の現実に気づいてへんかった…。
しょぼん
（姉）あんた乳出とるで
ガーン!!!
!!
うちの目を覚まさせたのはお姉ちゃんのひと言！ かなには肩ヒモという名の命綱が必要やと実感した。ハシャギ過ぎもほどほどにせんとな💧
さくりなOUT!
笑ってはいけない
パーティー幹事
桜井莉菜（31歳／東京都）
さーて♪
段取りはカンペキ♥
そろそろ向かおかな
今日はとある親友の誕生会♥ さやかとW幹事でサプライズパーティーをしかける予定やねん★ めっちゃ楽しみ～😆
え、私もまだつかない
ヤバくない?
えっ!?もう渋谷?
早くね!?
さやか、もう着く?
「あのコはいつも遅れてくるし、ゆっくりでええか」と油断してたら、こーゆー日に限って「時間通りに着く」と連絡が。え、肝心の幹事はまだ着かへんで💧
あちゃー
運転手さん、早く～
ハラ
ハラ
ねぇねぇ、もう○○来ちゃったよ? サプライズじゃないの?
オワタ
「ヤバくね!!」とさやかと焦るもあとの祭り。先にお店で待機してた仲間からサプライズ終了の連絡が…💧 まー全員驚いてたから、ある意味成功っちゃ成功か。
○○にもみんなにも楽しんでもらえたしまぁいーか
てへぺろ♥
そもそもマメにつるんでる仲間に隠し事する方が難しいねん。本人にもバレてたし。もー次からは普通に集まるわ！
早紀OUT!
笑ってはいけない
寝言
加賀美早紀（29歳／東京都）
ウマー♥
何食べてるのー?
納豆巻きー
もぐ
もぐ
私はかなり寝言を言うらしい。しかも周りの友達がびっくりするくらいリアルに。友達曰く「話しかけると普通に応えるし、表情も変わる」とか。
!! どうしたの!?
ネギが辛い～!!
それはうちでホムパをやった日。「納豆巻き食べてる」と口をもぐもぐ動かしてたと思ったら、急に泣き顔に。「ネギが辛い!!」って我ながら謎…。
よーしよしよし
早紀がなんか動いてる!!
こっちおいで～
わしゃ
わしゃ
急に両手を伸ばしてバタバタ動かしてた日もあるみたい。「何?」と思った友人が観察した結果、愛犬と遊んでる夢を見てたっぽい。へー。
全然覚えてない…
ま、いっか♪
とまぁ全部人から聞いた話なのだけど、自分じゃ記憶ナシ💧 ひとまず友達にウケてるからいいか★ 新年は変な夢見ませんように♥
MERI OUT!
笑ってはいけない
誤爆
MERIさん（34歳／東京都）
カシャ
はい、メスカ♥
シュイーン
読者のハートにチェックイン!
今日も元気にナデシコ活動♪ 中でもメス力の向上とブログ更新は毎日の日課。家事や仕事の合間を縫って読者様へのメッセージやコーデを載せつけるぜ★
"明細"柄ってどんなだよ
イエローバッグがイエローババアになってる!!
Tシャツ UNIQLO
明細パンツ Forever21
ベルト エルメス
ピーサン ノーブランド
ぎょっ
うぷぷぷ
ぷる
ぷる
綺麗な鏡の拭き方教えて。
トップス Forever21
スカート 神戸レタス
パーカー 神戸レタス
イエローババア 神戸レタス
ヒール ノーブランド
だが、やらかすこともある！ だってだって～人間だもの♥ もちろん狙いではありませぬ!! でもやっぱ笑っちゃうよね。笑ってる場合じゃないけど💧
日頃の行いの表れか…
有無無無無無無無無
よし!
言葉遣いを直すのもメスカ!
ぶっちゃけ、今回の件は日頃の言葉使いの悪さも原因なんだよね（特にババア）💧 これを期に悔い改めねば！
めーるー
りょーくー
2015年も
めーすー
たーかー
ぞ♥
パン
パン
パン
パン
パン
ナデシコ部訓！ 女たるもの、女優ばりに自分をイイ女だという思い込みを魂にすり込むべし!! 内面からもとぅるっとぅるに女を磨いて、2015年もめ・す・りょ・く・た・か・め・る・ぞ!!（合掌）
祐香OUT!
笑ってはいけない
ブラジャー
水野祐香さん（35歳／東京都）
@ 某百貨店内
お刺身買おうよ♥
ポトッ
とある休日。旦那さんと近場の百貨店へ夕飯の買い出しへ♥ 「何買おうかな～」と売り場をうろうろしてたら、みょーな違和感が…💧
えっ!?
ハッ
ハッ!!
キョロ
キョロ
サッ
足元には私のブラ!! 驚く前に反射的に身体が動いて、ブラを高速回収！ ふと目が合ったおばちゃんの目線が痛かった…💧
二日酔い…
原因は外しかけのブラの上からブラトップを着てしまったこと…💧 酔って帰宅＆二日酔いで起きて、テキトーに着替えたのが良くなかったんだろーな💧
さぁ、おやすみ～★
カラコンはずした!
歯みがいた!
ブラ取った
メイク落とした!
同じ轍はもう踏まない!! ってことで、寝る前のやることチェックにブラ外しを追加★ 酔っててもきちんとした状態で寝ることは、メス力に通じるはずだから♥



初の親子共演…と思いきや私は手だけの出演だったことも(笑)。私は表に出なくてもいいの♥ 息子が盛れれば幸せ✧✧

合格しても現場で泣いたら別のコに変えられちゃうから、息子のご機嫌キープはマスト！ 誰よりも私がコーフンし過ぎて、スタッフさんに注意されてた(笑)。

けど審査に通って息子がカタログやドラマに出たことで考えが一変！ 愛する息子の活躍ってこんなにうれしいんだって、ステージママの気持ちを理解したの★

息子を「芸能事務所に入れたら？」というのは旦那さんの提案。私はあまり息子を人前に出すことに乗り気じゃなかったの。オーディションも超緊張するしね。

笑ってはいけない
親バカ
古橋綾香さん(31歳／東京都)



でもね、最近私の歯医者の資料用に血統書を見直したらしく、ようやく本当の歳に気づいてもらえたの★ もー♥ お互い−5歳を目指していつまでも若々しくいましょうね

犬の8歳は人間でいうと48歳で、9歳は52歳。歳っちゃ歳だけど、高齢犬扱いはまだ早くな〜い？ LALAちゃん、私だって女のコなのよ〜

百歩譲って数字だけならまだいいの。けど、ご飯を先取りでシニア用に替えられたのは辛かったわ〜💧 健康にはいいんだろうけど…くぅ〜ん💧

こんにちは、私マロン。LALAちゃんの同居犬です♥ ご主人はとーっても優しいんだけど、私の年齢をずーっと1歳上にカン違いしてるの💧

笑ってはいけない
年齢詐称
LALAさん(34歳／東京都)



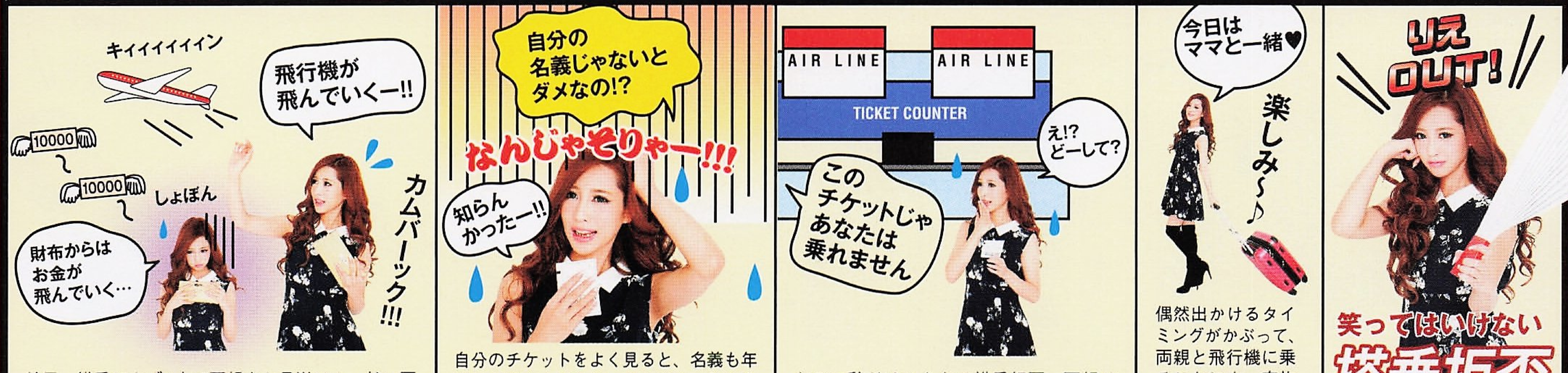
利用したサイトは悪質業者が実在するお店の名前を勝手に使ったニセモノということが判明💧 お金は戻らないし、結局店舗で買い直すハメになり出費が2倍に…。

ところがところが、代金を振り込んでから2週間以上経っても肝心の財布が届かない。“すぐ発送”って書いてあるのにヘンだな〜と、お店に問い合わせることに。

早速失くしたなんて彼氏にゃ絶対言えない!! ってことでネットで同じ財布を探して買い直し。安く見つかってよかった♥

2014年1月の話。ひさびさに出かけたクラブで浮かれすぎて、もらったばかりの財布を紛失…💧 クラッチ風に持ち歩くんじゃなかった〜!!

笑ってはいけない
振り込め詐欺
鈴木愛美さん(27歳／千葉県)



結局、搭乗できず1人で両親をお見送り💧 払い戻しできない＆高い当日券を買うハメになって、8万円近くソンした💧 高い授業料じゃった…💧

自分のチケットをよく見ると、名義も年齢もお母さんのもの。どうやら、私の分を追加で取るときに手続きを間違ったっぽい💧 てか、これじゃダメなの一!?

なのに私だけいきなり搭乗拒否。両親はOKなのになんで!? 職員さん曰く「あなた40代じゃないでしょ？」って、はぁ？

偶然出かけるタイミングがかぶって、両親と飛行機に乗ることに★ 家族旅行っぽくて新鮮でウキウキしてた。

笑ってはいけない
搭乗拒否
青木りえさん(29歳／広島県)



部屋の掃除に数日かかるのと、下の階にも被害が出たため弁償することになってチーン💧 お風呂の出し過ぎはダメだねと改めて反省。

水浸しになったじゅうたんを何とかしようと、拭く⇔絞るを延々とリピート！ ダンボールで水を押し流そうともしたけど速攻で紙がふやけて効果ナシ！ 手は尽くしたけど、結局ギブ！

そろそろお湯止めなきゃ〜と振り返ると部屋全体が水浸し!! 一瞬、ベッドがひょうたん島みたい…なーんてことも考えたけど、あわててバスルームに駆け込んだ💧

楽しいハワイ旅行の最終日、お風呂のお湯を溜めながら、ベッドの上で荷物をパッキング★ 楽しい思い出に酔いしれてた♥

笑ってはいけない
水没
木村美和子先生(33歳／東京都)



整形の内容は姉の取材で体験したリフトアップ施術。全然やましくないけど誤解を解くのに苦労した〜。ヤバい写メは残すもんじゃないね。



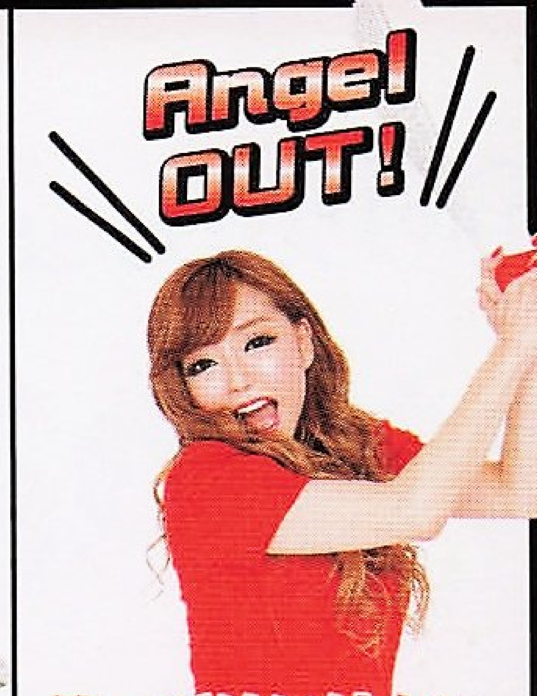
龍玖が見せてたのはプチ整形直後で顔面テーピング状態の私の写メ！　女友達との美容トーク用に撮ったんだけど、男の人は整形って聞くと引くから隠してたんだよね。



その日はちょーど龍玖のパパが一緒だったから、最近取った写メを見てもらうことに。龍玖の写メを選んだはずだったのに、自体は思わぬ展開に…。



うちの龍玖(りゅうく)はスマホが大好き♪　動画を見てるときは大人しくしててくれるから、メイク中とか手が離せないときに便利♥



笑ってはいけない 整形写メ

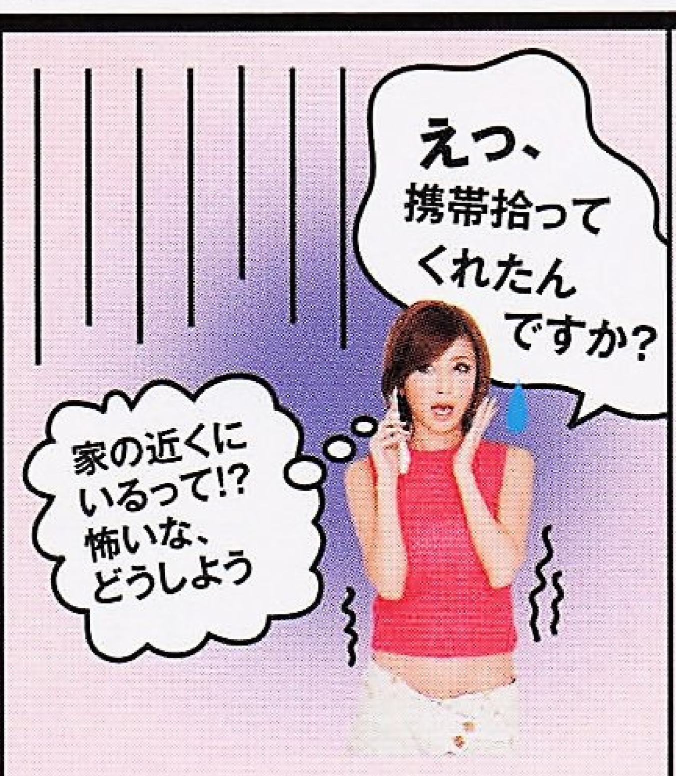
Angelさん(33歳／東京都)



仕方ないから3年前に買ったボロボロのガラケーを再利用。使えなくはないけどスマホの便利さに慣れるとやっぱ不便💧　早く買い換えたい！



iPhone6も買って1週間で地面に落として、画面がバキバキに…(泣)。直すにしても費用が高いし、これ以上携帯の修理にお金をの出すもいい加減ツライ💧



落としたスマホを拾った人が連絡をくれたこともあった。でも相手が知らない男の人だったから、申し訳ないけどちょっと怖かった〜💧



2014年は本当に携帯に縁がない年だった！　うっかり水没させたり落として壊したり、海外で紛失したり💧　毎月修理に出すとかありえなくない？



笑ってはいけない 携帯破壊

美咲さん(31歳／東京都)



友達Cによると、私は荷物を全部忘れて帰ったらしい。届けにきた友達が見たのはマンションの入口で爆睡する私——。ごめん、もうしません💧



友達Bによると、泥酔した私はヘラヘラと笑いながらタクシーに乗ったらしい。そのコが最後に見たのは、座った瞬間撃沈する私の姿——。マジ？💧



友達Aによると、仲間たちに祝ってもらった私は超ゴキゲンだったらしい。メンバー1人1人とテキーラで乾杯までしてたとか…。そりゃ記憶も飛ぶわ💧



誕生会の翌朝、目を覚ますと自分の部屋のベッドだった。服もメイクも昨夜のまま😿　どうやって帰ったんだっけ…？　何も思い出せない…💧



笑ってはいけない 記憶喪失

真優川咲さん(28歳／東京都)



タンコブができてることに気づいたのは翌朝💧　風が吹いても痛いし、顔も洗えへん💧　マジで頭蓋骨にヒビが入ったかと思ったわ💧　新年は気をつけよ💧



居合わせた人の話だと、ぶつけた直後はピヨってしゃがみ込んでたらしい💧で、周りが心配して声をかけたら走ってどっかへ消えたとか…。自分何やねん！



転んでアザ作ったり、痛い目見ることもしょっちゅう💧　一番ヤバかったのは10月頃。アフター中、鉄のドアに突っ込んで思いっきり頭をぶつけてん💧



飲むのが仕事やから頑張り過ぎてやらかすことも多々💧　陽気になるのはええけど、調子に乗って無意味に後輩にオゴったときは凹んだな〜💧



笑ってはいけない タンコブ

まなかさん(28歳／大阪府)



めっちゃ時間がかかったけど、無事に脱出成功！　命綱ナシのリアルサバイバルはもうこりごり💧　もう金輪際、立ち入り禁止の場所には潜入しません!!



サバゲー訓練の成果を発揮するチャンス！　とは思いつつも、ヒール靴でハシゴを降りるのはマジ恐怖💧もし落ちたら…と考えると震える!!



関係者意外立ち入り禁止だから、見つかったらそのコも私も罰金💧　やむをえず屋上のハシゴを降りて出ることになったのだけど、5階だし雨だしでガクブル💧



アイドルの友達と遊んだ日、終電がないから寮に泊めてもらったの。行きは良かったんだけど、翌朝出るに出られない状況になっちゃって…💧



笑ってはいけない 脱出

奥山絵里奈さん(30歳／東京都)



全国展開中！北海道/東北/関東/北関東/東海/甲信越/北陸/関西/中四国/九州
ギャル系、お姉系、清楚系、人妻もOK! 全国最大級の求人情報
女性の為の高収入求人情報
パピヨンジョブ
www.ppyn.com
パピヨンジョブ
検 索
パソコンからはモチロン！スマホ・ガラケーでも見れるよ！
メンドーな登録一切なし！
気になったらすぐ応募できます！
メアドがバレない安心システム！
パピヨンでお仕事決まった！
ユーザーからの「ココがよかった！」
1 体験談が沢山載ってて、よかった………… 46%
2 応募特典がホントにもらえて嬉しかった … 24%
3 即入寮・面接官紹介などの特集が参考になった………… 13%
4 動画で探せるところがよかった………… 11%
5 その他 ………………………… 6%
見た目に自信がないんだけど…
タトゥーが入っちゃってるけど…
未経験だけど…
パピヨンジョブなら大丈夫！
きっと活躍できるお仕事が見つかります！
※パケット代別途かかります※18歳未満（高校生含む）利用できません。 パピヨンジョブ事務局 東京都新宿区新宿 1-19-10 TEL:03-3358-3226

～リッチな男性と都合よくお付き合いしたい貴女へ～

会社経営・税理士・医師・芸能関係プロデューサー・弁護士 etc...

男性会員 面接 クリア済

20代～40代女性との出会いを求める紳士を集めました

お金持ちの彼氏&パパを作りませんか？

＼女性がプロデュースした、安心と信頼の超優良会員制サイト♪／

出会いケータイ 会員制 keitai club ケークラ

高収入バイトよりかんたん & 確実に稼げる！！

ケークラ　検索

女性は料金不要!! ※パケット代別途

http://k-c-b.jp



おこづかいＧＥＴまでの流れ

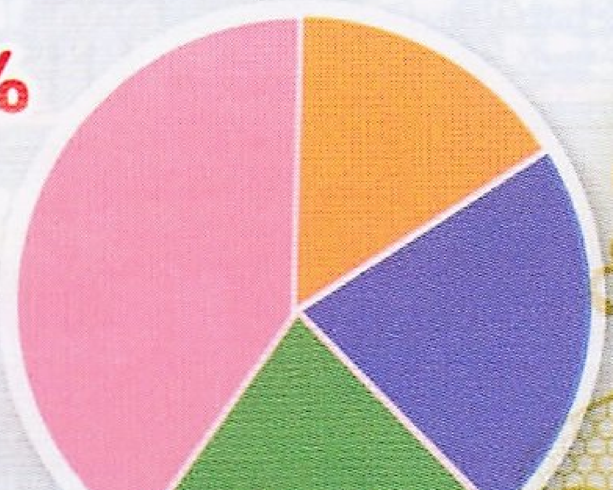
step.1　無料登録をして、気になる人とメールをしてみよう♪

step.2　気持ちの合う男性が見つかれば、お茶をしたり、お買い物に出かけたり･･･。詳細は二人で自由に決めてね！

step.3　楽しい時間を過ごして、おこづかいをＧＥＴ★ 心づけをくれるリッチな男性ばかりだから、安心だよ (´ω`*)

みんなどのくらい稼いでるの？

1位：４０万～５０万　・・・３８％
2位：１０万～２０万　・・・２５％
3位：２０万～３０万　・・・２１％
4位：５０万以上　・・・１６％



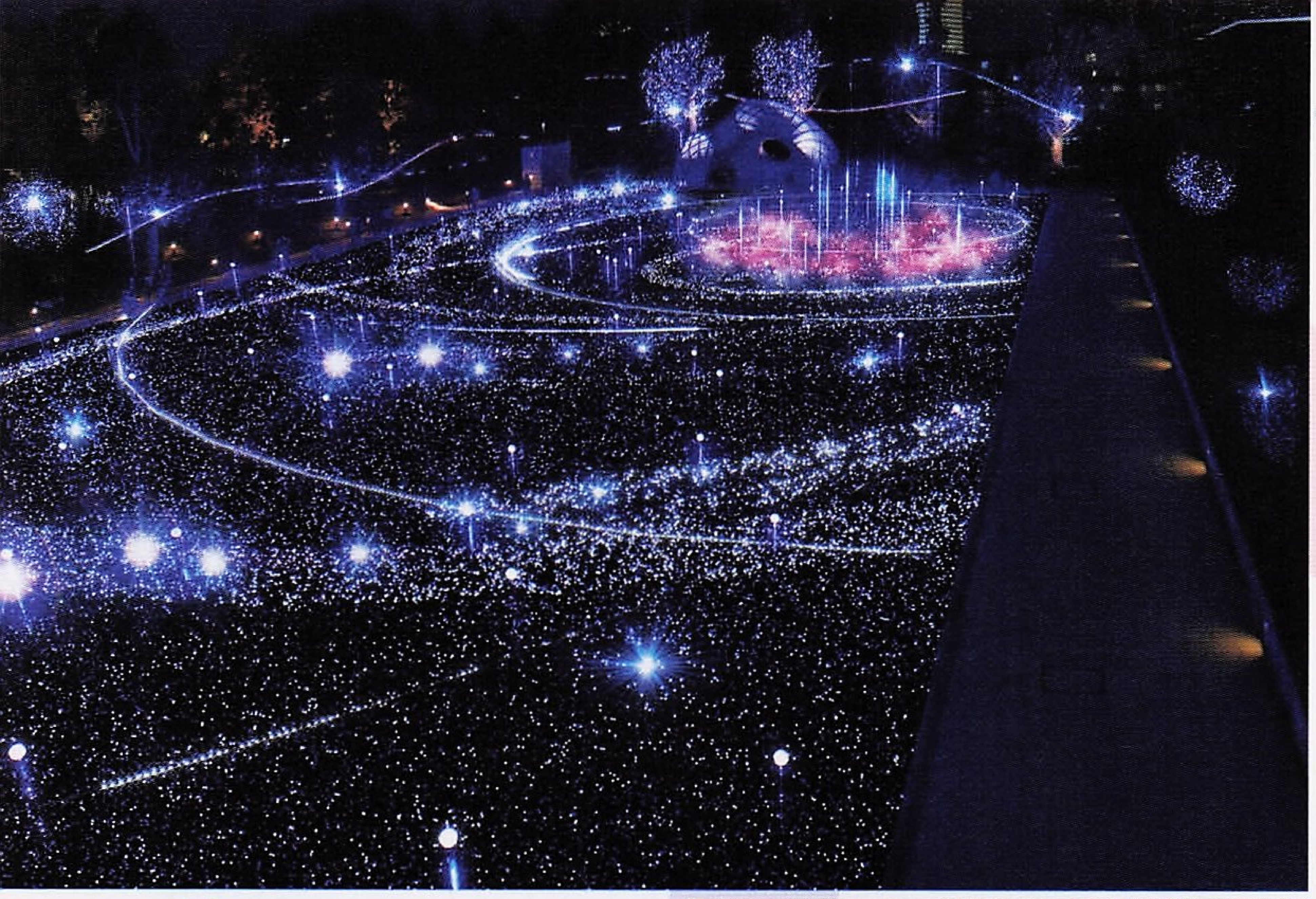
※１か月間の収入に対するアンケート結果。
調査対象人数：362 名

フル活用してしっかり稼ぐ派と、お昼～夜の空いた時間でバイト感覚派に分かれる結果に。ライフスタイルに合わせてマイペースに稼げる♪

みんなの感想 & 体験談

毎月おこづかいをくれる優しいパパが見つかり大満足♪（大阪府・みかたん・24 歳）
やっぱり男性は、経済的に余裕のある人がいいなと実感しました。（東京都・雫・31 歳）
お茶するだけでこんなに心づけをもらっていいのかな･･･Σ(ﾟﾛﾟ;)（大阪府・愛美・26 歳）

株式会社ＭＡＮＭＡＮ　大阪府大阪市中央区西心斎橋 1-12-11-907　tel:06-6245-2488 公安委員会届出番号：62100043004　※高校生を含む１８歳未満利用禁止　パケット代は別途必要です



最新エンタメ Entame 虎の巻

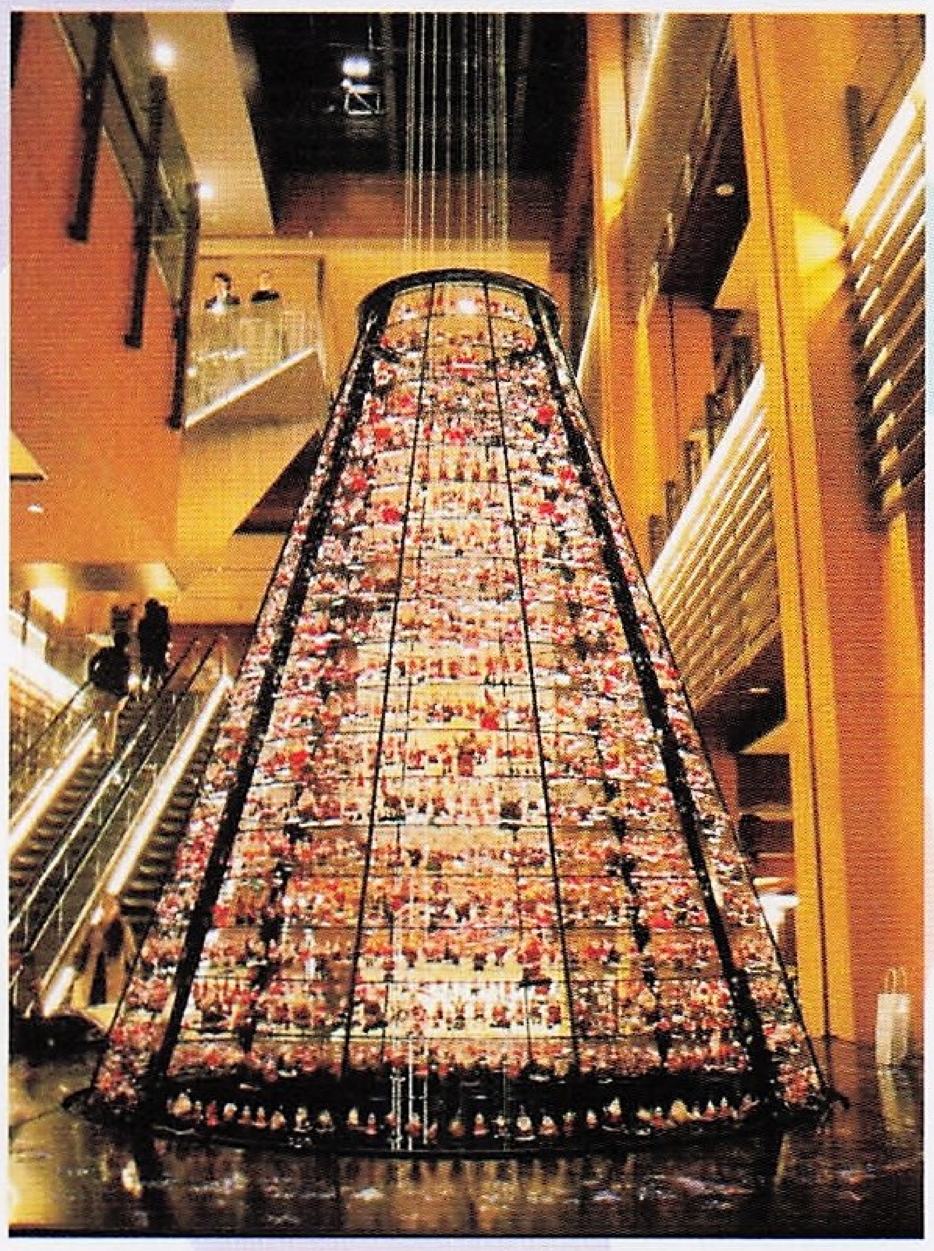
若いコとの会話にも困らない♥

Vol.03

今号のエンタメはクリスマスやパーティー、デートにもオススメな情報が満載♥　イベントは開催期間に注意★

EVENT

MIDTOWN CHRISTMAS 2014



期間中約560万人が訪れる大人気イルミネーション✧

エリア全体で約50万個のLEDがキラキラ輝く♥　8回目を迎える今年は、日本初のイルミネーション演出装置「スティックイルミネーション」で宇宙旅行を壮大に表現★　●ミッドタウン・クリスマス2014　●11月13日～12月25日　●東京ミッドタウン　㊐03-3475-3100　http://www.tokyo-midtown.com/



RADIO

詩音



アーティスト・詩音の冠ラジオ番組「BAYSIDE DIVA SHOW」★

LIVE情報、オススメ曲、ゲストトークと内容満載で毎週お届け♡　チューンインラジオで検索♪　●FM湘南ナパサ　●月曜19:30～20:00　●提供:LIFE corporation.inc

MUSIC

玉置成実



ガンダムデビュー歌姫の新曲「Vivid Telepathy」✧

玉置成実(たまきなみ)のニューシングルはTVアニメ「白銀の意思 アルジェヴォルン」の後期ED曲♪　「絆」を歌い上げた、ミディアム～アップ系の楽曲だよ✧　●初回限定盤CD+DVD ¥1,944（税込）　通常盤CD ¥1,296（税込）　●11月19日発売／ワーナー・ブラザーズ・ホームエンターテイメント

MUSIC

浜崎あゆみ



究極の冬バラード3部作がクリスマス・イヴに発売♥

約5年ぶりとなる冬バラードは小室哲哉氏、多胡邦夫氏、湯汲哲也氏という豪華作曲家陣を迎えた“TKバラード”、“王道冬バラード”、“ロック・バラード”の3曲収録★　●ファンクラブ限定盤 CD（限定収録曲あり）¥1,296　通常盤CD ¥1,296　●12月24日発売／avex trax

EVENT

サンリオピューロランド

© 2014 SANRIO CO., LTD.



キティちゃんと過ごすクリスマス♥

ハローキティ40周年はリボンをテーマに、クリスマス限定のショーやパレードを開催♪　幻想的な光と音でロマンティックな時間を楽しめるよ♥　●ハートフルリボンクリスマス　●サンリオピューロランド　●11月7日～12月25日　㊐042-339-1111　http://puroland.jp/

MOVIE

アオハライド

©2014 映画「アオハライド」製作委員会 © 咲坂伊緒／集英社



この冬1番の青春ラブストーリー♥

高校生になった双葉は、中学時代の忘れられない初恋相手・洸と再会する。もどかしくて切ない2人の恋模様に胸キュン必至♥　●監督／三木孝浩　●原作／咲坂伊緒「アオハライド」　●脚本／吉田智子　●出演／本田翼、東出昌大ほか　●12月13日より全国ロードショー

MUSIC

板野友美



年末年始のパーティー向けシングル♪

「COME PARTY！」は誰でも歌って踊れるハッピーな曲♪　収録曲もすべてパーティーソングだから、宴会が多いこの時期ヘビロテ確定♡　●限定盤A CD+DVD ¥1,667（税抜）　限定盤B CD+グッズ ¥2,500（税抜）　通常盤CD ¥1,389（税抜）　●12月17日発売／キングレコード

MOVIE

海月姫

©2014 映画『海月姫』製作委員会 © 東村アキコ／講談社



オタクすぎるシンデレラ誕生♥

古びたアパートで、オタク女子友達と暮らす倉下月海。自らを「尼～ず」と呼ぶ彼女らの前に女装美男子・蔵之介と童貞エリート・修の兄弟が現れ…。　●監督／川村泰祐　●原作／東村アキコ「海月姫」　●出演／能年玲奈、菅田将暉、長谷川博己　●12月27日より全国ロードショー

MUSIC

三代目 J Soul Brothers



新たな冬のスタンダード・ナンバー♡

「O.R.I.O.N.」は、冬の定番ミディアムバラードではなくアッパーチューンで盛り上がれる楽曲♪　MVも春夏秋冬が繋がる壮大な物語の完結編となるため必見♪　さらに三代目JSBの新たな序章へ✧　●CD+DVD ¥1,800（税抜）CD ¥1,000（税抜）　●12月10日発売／rhythm zone

旬なニュースやトピックスをもれなくキャッチ★

INFORMATION

大人気ブランドの福袋情報や、飲み会の多い時期にピッタリなダイエットアイテムなど、年末年始を楽しく快適に過ごすための情報がいっぱいだよ♪

PHOTO_Nobuyuki Sasaki[No.01,No.10],Shinji Fujiwara[No.03, No.

02

ジュポン化粧品の人気エイジングケア美容液♥



2014年モンドセレクションで金賞を受賞したファンデーションでおなじみのジュポンから、新型アミノ酸誘導体「ナールスゲン」配合の夜専用美容液✧ 洗顔して化粧水でお肌を整えたあと、3〜4プッシュ手のひらにとり、全体に優しくなじませるだけ♥ ダメージをケアする理想的な時間は寝ている時間★ その間にじっくり肌に働きかけるから、翌朝のお肌はしっとりとしたハリ・弾力のあるお肌に♪

株式会社ジュポンコーポレーション
☎03-5487-2111
http://www.jupon-cosme.co.jp/

01



プロ仕様の家庭用痩身マシン ドクターキャビエットゴースト♥

特殊な超音波で脂肪細胞そのものを溶解・減少させるキャビテーションが自宅でできる痩身器具✧ さらに美容成分を導入しながら筋肉を刺激する「MFIP」、皮下深部を温めて血液やリンパの流れを促し脂肪燃焼が期待できる「DHS」、肌細胞を活性化させてコラーゲンを生成する「RED-LED」を搭載し、1台で導入、分解、溶解、燃焼、活性のすべてが可能♪

㊐ジェイ・ビー・マシナリー
☎076-248-2700 HP＊http://www.jb-m.jp/

05

Delyle NOIRの新年1発目は5〜6点入りお得な福袋★

使えるアウター、トップス、ボトムス、ワンピなどが5〜6点入ってなんと10,000円(税抜)♥ オープン初日から数量限定で発売するよ♪ WEBで先行予約も受け付けるよ★



㊐Delyle NOIR 渋谷109店
☎03-3477-5053 HP＊http://delyle.jp/

04

GHOST OF HARLEM クリスマスノベルティフェア♥

渋谷店、ラフォーレ原宿店、名古屋丸栄店で15,000円(税抜)以上お買い上げの方に、先着で未発売のオリジナルアクセサリーをプレゼント♪ 12月20日〜だよ✧ ※なくなり次第終了となります。



㊐GHOST OF HARLEM 渋谷店
☎03-5728-0805
HP＊http://www.harlem-japan.com/

03

2015年のDaTuRaは選べる福袋でスタート★

アウター・トップス・スカートの3点セットかアウター・ワンピースの2点セットの2種類♪ アイテムは選べるから自分だけの福袋が作れる♥ 詳しくはブログをチェックしてね😊



㊐DaTuRa 渋谷109店
☎03-3477-5059 HP＊http://ameblo.jp/datura-reina/

08

お母さんになるすべての女性へ 婚活・妊活の次は産活✧



出産は母子ともにかなりのリスクを背負うもの。出産の現場に日々立ち会っている産婦人科医・丸田佳奈先生が、十月十日の過ごし方や、妊娠中に気をつけるべきことをわかりやすく解説してるよ♪ 12月9日発売★

『間違いだらけの産活』¥1,300(税抜)
㊐学研
☎03-6431-1002

07

莉菜監修のダイエットサプリ スリムボディプロジェクト✧



5つの特許取得成分を配合した、脂肪の燃えやすい身体に導くサプリ♥ 電話での相談対応や、ダイエットに関するメルマガなど、サポートが充実してるから根気よく続けられる★

㊐株式会社J-revival
☎0120-747-323 HP＊http://slim-bp.com/

06

実例「3週間でウエスト−6㎝」♥ "座ってゆれる" エクササイズ♥



座るだけでインナーマッスルを鍛えられるバランスクッション♥ 同時に背筋が伸びた正しい姿勢になり、深い呼吸ができるようになるから代謝も上がって痩せやすく♪ オフィスでも使いやすいサイズ★

『ゆれるだけでやせる！仙骨バランスクッションダイエット』
監修・伊藤華英 講談社刊／¥1,350(税抜)

11

韓国ファッションブランドストア「GreedRoom」オープン★

「誰よりも、1番可愛い自分でいたい」をコンセプトに、日本初上陸となる韓国のアパレルブランドを揃えた通販サイト😊 新商品は毎日入荷、10,000円以下のアイテムが多い♥



㊐株式会社エーアールティー
☎047-409-0317
HP＊http://www.greed-room.com/

10

LOVEYE(ラブアイ)でまゆげを取り戻す!!

まゆげが元々細い、抜きすぎて生えてこなくなった方へ、まゆげ美容液が登場★ 男性ホルモンに似たアルギニンの効果でふさふさまゆげに♪ まつげの美容液としても使える♥



㊐RADIANT STORE
☎03-6427-2287
HP＊http://item.rakuten.co.jp/rdnt/matuge/

09

ターンオーバーが大事！ ラチュールで朝クレンジング♪

これ1本で洗浄後もしっかり潤いケアができちゃう✧ 眠っている間に分泌された皮脂や汗を、3つの天然洗浄成分と8つのフルーツエッセンスで優しくスルっと落としてくれるよ♪ オイルじゃないからまつエク派の人でも使える♥



㊐株式会社リトルホープ
☎0120-320-026
HP＊http://www.vina-shop.jp/

ゆとり世代が生んだ名案メーカー・下田美咲がお姉さんたちが抱える悩みや苦悩を救済!!

ミサキ式 アラサー病の処方箋♥

第3回「合コンで盛り上げ役になってしまう自分をなんとかしたい!」

噛めば噛むほど味わい深いと大好評♥　下田美咲が迷えるアラサーのお悩みにズバっと切り込むこのコーナー!!
今回は盛り上げ役から始まり、〝性格〟について興味深い考察が!!　目からウロコ、間違いなしです★

文・画／下田美咲

+ 今回のアラサー病 +

合コンでいつも盛り上げ役になる自分をなんとかしたい!

（27歳・独身・会社員・彼氏いない暦1年）

盛り上げ精神は抑えたほうがモテると周りに言われるので、おしとやかにしたい。でもお酒も好きだし、つい楽しくなってはしゃいでしまう…。どうすれば盛り上げ役から抜け出せるのでしょうか。

大丈夫、たまたま今「盛り上げ役」が発動してるだけ

「盛り上げ役」は、あなたの「パフォーマンス」ではなく「性格」です。たとえば「気が弱い」や「優柔不断」などと同じ。性格は自分の意志で取捨選択できるパーツではありません。

しかし**「盛り上げ役」だけが、あなたの性格ではありません。バリエーションのひとつに過ぎないものです。**

例えば、職場では「大人しくて落ち着いている」と言われる人が、家族や親しい友人からは「明るくてよくしゃべる子」と認識されていることは、よくありますよね。

人の性格は、そこにあるシチュエーションに、かなり影響されるものです。というより、**誰かと接触した時に発生する反応が「性格」であり、どちらかと言えば自分の外にあるものであり、他人に引き出されるもの、**です。

あなたは合コンや飲みの場に、あなたの中の「盛り上げ役」を引き出す仲間で参加しているのだと思います。日頃からあなたの性格を「盛り上げ役」として安定させている仲間がいる場では、別の側面は出づらくなります。

アウェイ参加で、性格をリセットしちゃおう!

なので、安定した仲間とは離れて単品で合コンに行きましょう。女子含め、誰もあなたのことを「どんな人」とも認識していない場に行くことが鍵です。友達の友達をたどったり、ちょっとした知り合いの女性と一緒に行ったり、欠員募集の情報を積極的に収集するようにして、参加してみましょう。

参加者たちが自分のことをよく知らなければ、性格はリセットされるので、「盛り上げ役」にならずに済む会になるでしょう。

自分の立ち振る舞いは、意外と自分の管轄ではありません。外側の反応に操作されて、そうなっている部分がほとんどです。

人が誰かを好きになるとき、その理由は「その人の事が好き」ということよりも**「私が好きな『私』を引き出してくれる人だから好き」**なことは、よくあります。「この人といると居心地がいい」という気持ちを解析していくと、そういうことになります。

アウェイ戦を繰り返すうちに「盛り上げ役ではない自分になれる場所」が見つかるかもしれません。

さらに言うと、その場では「盛り上げ役」に思われたとしても、後日2人で会うことが出来ればそれは必ず覆せます。2人きりでは「盛り上げ役」なんてものは存在し得ないですから。気になる相手がいたらなんとしてでも、2人で会う流れに漕ぎ着けましょう。

コレしかない!と腹をくくって出来る部分を見直そう!

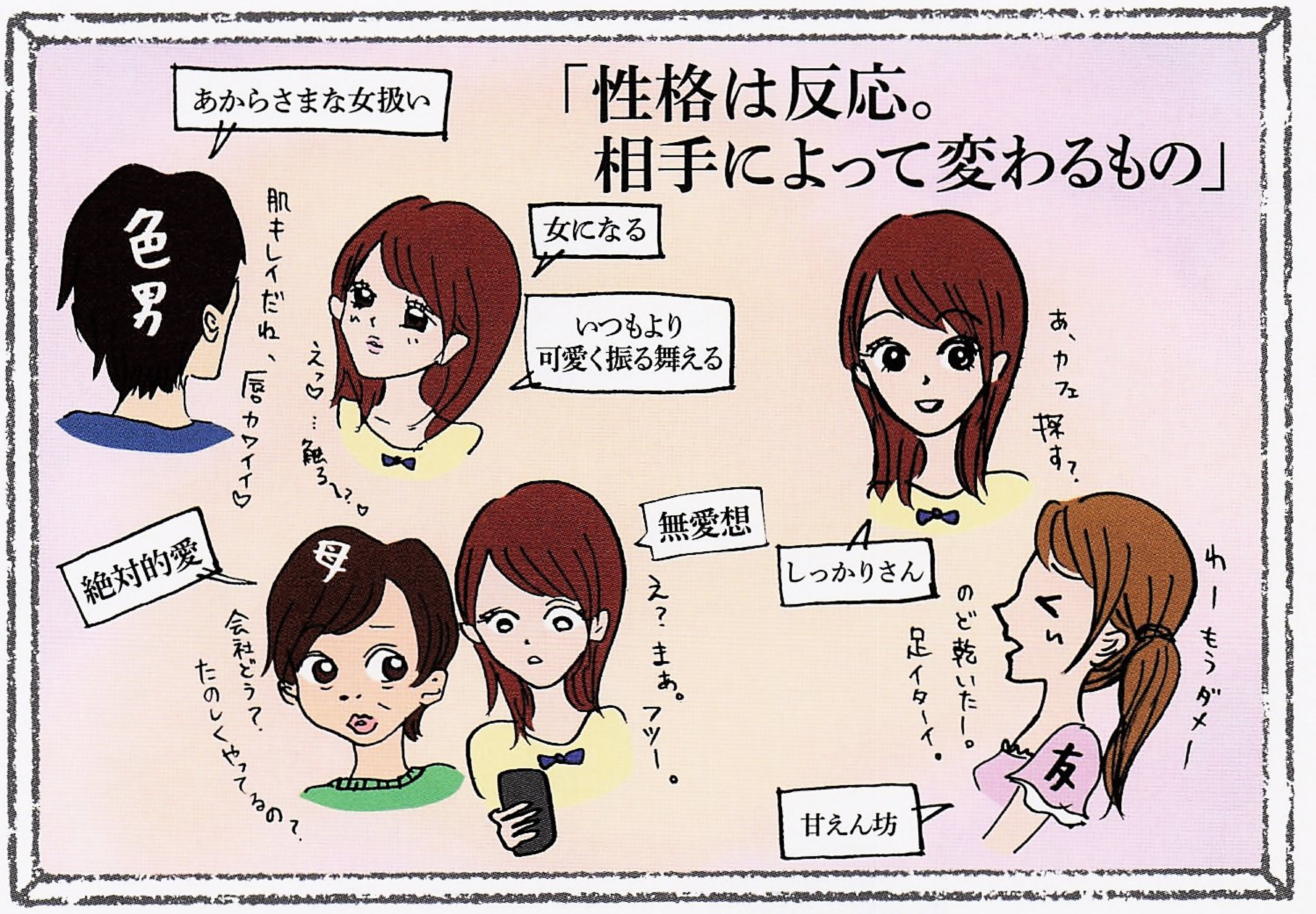
同時に、モテない理由が本当に「盛り上げ役だからなのか」も分析しましょう。

「アウェイ参加」で、別の性格を発揮しても同じ結果（モテない）になったとしたら、他にやるべきことが見つかるでしょう。ヘアメイクが雑だとか、服装に色気がないとか…性格ではない問題が。

また「盛り上げ役」=「モテない」と思っているようですが、そんなことはありません。私は「日本一の盛り上げ女王」と呼ばれていますが、**場を盛り上げたことが原因でモテなかったことなど一度もありません。モテます。**

それに、あなたから「盛り上げ役」を奪ったらただのつまらない人の可能性もあるので、アウェイ参加でいくつかの性格を試してみて、それでもモテなかった暁には「自分には、盛り上げ役しかないんだ!」と腹をくくって、もっと振りきって盛り上げ役に注力してみることをおすすめします。

きちんと振り切ったほうが、誰かの性癖にハマりやすくもなります。





下田美咲（しもだ・みさき）／1989年8月15日生まれ。中学時代に世の中と大人に対する理不尽さを感じたことをキッカケに、人生に対する考察を深める。コールの達人、お悩み解決請負人、（株）ミサキ式会長兼社長…と既存の枠だけにおさまりきらない、進化系ゆとり世代♥

Twitter ♥ https://mobile.twitter.com/shimodamisaki
ブログ「嫌なことあったら、そっこーヘルペス。」♥ http://ameblo.jp/shimodamisaki/
you tube ♥ http://www.youtube.com/user/shimodamisaki

知らないよりも知っておいたらちょっとイイコトがあるかもしれません。

お姉さん新聞

2015 January 発行



PHOTO_Masaki Sone(PEACE MONKEY)
HAIR&MAKE_Yuko Hazama
STYLING_Mizuki Nakano
MODEL_Araki Sayaka

2014年12月22日で、さやかが30歳を迎えます♥　20代はモデル、社長、DJ…と肩書きが増え、agehaとともに駆け抜けてきました。そして30代を迎える今、その活躍の場は海外にも広がりつつあります✧　お姉さんagehaも、4歳。さやか共々頑張って参りますので、これからも応援よろしくお願いいたします!!

荒木さやか、30歳になります。

Contents

ニットワンピ¥2,776／GALSTAR　ネックレス¥1,400／お世話や　その他／モデル私物

アラフォーのお悩みもTOKYO NADESHIKOがメス力で解決！

NADESHIKO相談室♥

Part.1 女を忘れちゃダメよ～、ダメダメっ♥



第8回

鈴木美里さんのメス力再生プロジェクトの巻

復活3号＆4周年を記念してナデシコ衣装をリニューアル♥　メス力をかきたてるピッタピタのボディコンで、新しい自分にレリゴーしちゃいます♪　今回からはゲストに加えて、ナデシコファンのお悩みにもズバッっとアドバイス★

PHOTO_Yoshinobu Bito　HAIR&MAKE_Anri Mitsuishi　EDIT&TEXT_Hironeko-A



NADESHIKO相談室とは？
アラサーという人生の分岐点で戸惑う女子の駆け込み寺♥　共感度120%のぶっ込みトークとアイデアで、アラフォーへの道もクリアに

ライター＆TOKYO NADESHIKOブロガー（35歳／東京都）既婚・子供なし
水野祐香さん

美容室エルミタージュ代表取締役（37歳／東京都）バツイチ既婚・子供なし
鈴木美里さん

主婦＆TOKYO NADESHIKOブロガー（34歳／東京都）既婚・子供なし
MERIさん

美里さんの人生の出来事ランキング♥

1位 **独立して自分の店を出す**（32歳）
今の旦那との共同作業で長年の夢が叶う♥

2位 **二度目の結婚♥**（35歳）
店が落ちついたので入籍。永遠の愛を誓う♥。

3位 **彼氏を追って大阪へ移住**（29歳）
半年の遠距離恋愛を経て、今の旦那の元へ★

4位 **初めて店長に就任**（25歳）
人間関係で悩むがドMなので大丈夫だった

5位 **価値観の違いで離婚**（23歳）
家庭に入るか悩んだ末、仕事を選ぶことに。

鈴木美里さん Profile

1977年4月2日生まれ／B型／東京都出身。ナイトワーク専用美容室「エルミタージュ」のスタイリスト兼、経営者。美容師歴は18年。

人生グラフ♥

旦那ともう一度、恋がしたいんです（美里）

美里（以下、**美**）　再婚して2年目なんですけど、最近旦那とマンネリ気味なんです

祐香（以下、**祐**）あらま！　落ち着き過ぎちゃったんですかね？

美　もう10年以上一緒なので。どんな私も受け入れてくれるのは嬉しいけど、もっと女として見られたくて…。旦那ともう一度恋愛したいんです♥

MERI（以下、**M**）　おおおお！　それはメス力高めなきゃですよ★　いつもの嫁が突然メスに変わったら…旦那も燃えますよ！

美　セックスレスも解消しそうですね♥　でも私、化粧すると老けるって言われるんですよね…。美容学校でメイクを習った時期が15年前なのと、あんまり自分のメイクをしないから何が自分に合うかわからなくて…。だから普段はほぼノーメイクで過ごしてます。

M　あー！　だからこんなに肌がキレイなんですね。

美　あと、バチッとメイクをすると鏡の中のお客さんよりも、自分の顔を見ちゃうんです　スタイリストとして仕事をしている間はお客さんだけに集中したいから、自分の顔は適当なほうが都合が良いんですよね。

M　プロ根性っすねー✧

祐　私は逆の考え。私はライターとしてかわいい雑誌を作るからには、自分もかわいくいたいって思っちゃう。すっぴんだと気分も上がらないしね♥

美　女性のお客さんからは「化粧しなよ～」って言われるんですけどね。でも男性スタッフからは逆に「女を出さないでくれ」って要望がくるんです　なんでも「トップが女っぽいとやりにくいから」って…

M　ハア!?　こないだテレビで見たマツコ・デラックスの発言をそいつに聞かせたい！　「女が女を捨てて、男女平等という時代になってるけど、女が女らしく仕事できるのが本当の意味の男女平等だ」ってね！

内面が強い人こそ外見はメスっぽく♥（MERI）

祐　ちなみに前の旦那さんとは何で別れたんですか？

美　相手が「家庭に入って子供を産んでくれ！」って人だったんです。でも当時は子供よりも、「ちゃんとスタイリストになりたい」「美容師として独り立ちしたい」って時期だったから、話がズレてきて…

祐　それで仕事を選んだのもすごい。21、22歳ぐらいだと仕事辞めちゃうコも多いのに。

M　やりたいことのビジョンがあったのもスゴイ。でも1度離婚すると、男の人を見る目がシビアになりません？

美　そう、だから逆のタイプを選んじゃうんです。自分が働きたい人間なので、合うなーって思うのはヒモみたいな人♥

祐　それでも自分の好きな仕事を自分の好きなようにやれるほうが、幸せなんですよね？

美　そう！　だから同棲しても「家にいていいから家事全部やって！」って言っちゃう（笑）。

M　強い（笑）！　確かにそれじゃ、自分より稼ぎや地位が上になるのを嫌がる男じゃ合わないよね。世間一般の働く女性は「稼ぎは旦那よりも低く申告する」のがテッパンらしいよ。

祐　そのうち「嫁が給与明細見せてくれない！」って言われる時代が来そう（笑）。でも女が逞しいのは内面だけで良いんじゃない？　って思うの。さっきのマツコの話じゃないけど、外見だけは女らしくいたいよね

M　女が強い時代だからこそ、メス力高めていかなきゃね★



奥二重は目尻と下まぶたのグラデでデカ目に偽装
ベージュを上まぶた全体に。黒目上以外の部分に暗いベージュを重ね、二重幅と上下の目尻にブラウンをON。上下とも目尻側を濃くする。

ラインとつけまで目尻を盛ってさらに目を大きく
二重をつぶさないようラインは細め。目尻側だけ少し太く引く★　目尻に近づくほど毛が長くなる扇形タイプのつけまで奥行きも演出。

飛ばし過ぎは命とり!! 光はソフトフォーカスで
チークはコーラル系をほほの高い位置に。ハイライトは肌なじみのいいベージュ系で。ラメやパールが強いと肌のアラが目立つので注意！

くすみにはコンシーラーよりペンシルが有効★
ピンクベージュのペンシルで全体を塗りつぶしてから、ピンク系のリップをON♥ くすみも消えるし、リップの発色や持ちもよくなる★

元の肌がとってもキレイ！　唯一気になる目回りのくすみはピンクの下地でカバー。その上にリキッドファンデとコンシーラーを重ねると若々しい感じに✧

お悩み相談①
奥二重でも盛れる最旬メイクが知りたい♥

美容学校時代に学んだメイクを引きずってるからか、自分でメイクすると古い顔に…💧　年相応に若返りたい！



ナデシコがプロデュース★

\ BEFORE /



最近、気合いを入れて盛ったときの写メがコチラ😺　ほぼすっぴんで生きてるため、化粧している自分自身に違和感…💧　奥二重も悩み。

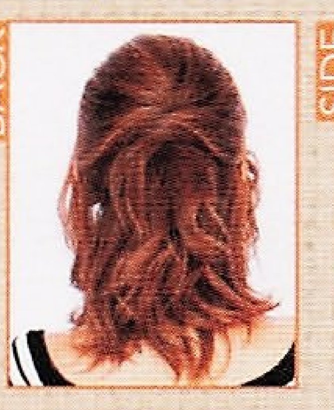
お悩み相談②
参観日風に見えないヘアアレンジが知りたい♥

自分で自分の髪を巻くと参観日みたいに…💧　イマドキ風で自分に似合って、若く見えるアレンジお願いします！



32ミリのコテで毛先をゆるくMIX巻き。トップの毛は真ん中⇒サイドの順にねじってとめる。前髪を軽く下ろしてやわらかい印象に♥

BACK



SIDE



簡単なのに華やか！ショートが定番だったけどアレンジの幅を広げるためにエクステをつけてみようかな♥

お悩み相談③
コーデの組み方を教えてほしい★

「トルソー買いなので上下別だとコーデが組めない…💧」という鈴木さんの私服をアレンジ♥

着たい服♥







ドSなギャップでマンネリをブレイク



オーラで酔わせるフェロモン道中★

祐香はスカート担当★ ガーリーなデザインだから、あえて強めのライダースやボーダーTを合わせて、辛口カジュアルに♪　女っぽいブーツと太もも見せでメス力も出してくよ✧

お題は鈴木さんの黒ブラウス♥　白デニムを合わせてクールにキメつつ、ピンクのコートとパンプスでメス力投入！　流行のダスティピンクなら大人っぽいコーデにもハマるよ😊





メス力向上委員会★

ナデシコに寄せられたファンからのお悩みにメス力高めるアドバイスを伝授♥

今回のお悩み
既婚者は独身のコに気を遣うべき？

大好きな友達の婚約祝いで集まる予定なのですが、そのときの会話の内容で悩んでます。メンバーは、私　32歳・既婚・妊活中、Nちゃん　34歳・来月入籍、Tちゃん　36歳・婚活中。Nちゃんの結婚は嬉しいし、お祝いしたい気持ちはいっぱいあるのですが、恋愛がうまくいってないTちゃんが心配。NちゃんがTちゃんに気を遣うんじゃないか？　逆にTちゃんがNちゃんに気を遣ったらどうしよう…って。楽しい時間にするにはどんな会話がベストですか？（東京都・Sさん）



祐香の答え
既婚者同士で壁を作るような会話は避けて

え、普通で良くない？　もし不安に思うなら、あなたとNちゃんが「結婚くらいしなきゃね～」って顔をしなきゃいいんじゃない？「どうなの？　結婚したほうがいいよ！　相手探したほうがいいんじゃない？」って流れになるとTちゃんは辛くなると思うよ。難しいこと考えずに、おめでとうでいいんじゃないかな★　せっかくのお祝いなんだからピュアな気持ちで楽しんで♥



MERIの答え
会話の前に友達を仕分けするのをやめましょう

普段通り楽しく過ごせばいいと思う。ただね、友達の肩書きにレッテル貼るのは良くないと思うんだな。独身のかわいそうなコと、結婚するコと妊活中の私～ってコレ、立派なマウンティングですよ。だってTちゃんがかわいそうって前提じゃん？　そのことをTちゃんが気づいたら傷つくよ！　大事な友達ならその子独自の生き方をやさしく見守るのも、メス力ですよ！

募集♥

あなたもNADESHIKO相談室で自分を変えてみませんか？

NADESHIKO相談室では、一般の読者の方からのお悩み相談にも乗っちゃいます♥　P124の読者モデル応募シートの項目にご記入の上、写真を貼って「NADESHIKO相談室に参加希望」とでっかく書いて編集部までご送付ください★　たくさんのご応募おまちしてます♥

今回の格言♥
オンナの強さはメスオブラートでふわっと包んでどんと恋！

メス力と叫ぼう!!



30代の半ばこそ



姉世代の

辛い時も悲しい時も楽しい時も!! いつもそこには君がいる♥

お酒ライフ一覧表♥

Part.2 we♥酒

プライベートから仕事まで大人のつき合いにはお酒がつきもの✧ そんなお酒をこよなく愛するお姉さんたちのお酒事情を一覧表にしてみたよ😊 飲兵衛たちのお酒の種類から飲み方までお酒ライフをとくとご覧あれ✧

EDIT&TEXT_Mikitty

Question / Model	Q1 お家でよく飲むお酒は何？	Q2 外食のときに飲むお酒は何？	Q3 持ち寄りやプレゼントに持って来い！ なお酒は？	Q4 自己流の二日酔い対策を教えて♥	Q5 好きなおつまみは何？	Q6 泥酔するとどうなる？
荒木さやか 専属モデル（29歳／東京都）独身・子供なし ポリシー：自分の限界を計算して飲むべし！ お酒飲むときは潰れると自分がしんどいからいっぱい飲むけど、限界の手前までって決めてる😊	**麒麟 淡麗グリーンラベル** 家では冷えたビールをグイッとやるのが定番♥ でも前にビールでお腹出ちゃったから、最近はカロリーオフで我慢。	**ヴーヴ・クリコ イエローラベル** 爽やかな辛口で炭酸具合もバランスがいいから飲みやすくて好き😊 いろんなお店にも大体置いてあるし頼みやすいのも◎♪	**ルイ ロデレール クリスタル** 今まであげたことないけど自分が貰って良かったのはクリスタルとかお高いやつ♥ これならいろんな意味で喜ばれそう★	**ミラグレーン** 飲む前後にこれさえ飲んでおけば二日酔いにならない！ヘパリーゼの何倍も効果がある気がする✧	**食べない！** おつまみ絶対禁止！ 絶対食べない！1回でも食べだすと、本当止まんなくなるから食べないように自分に言い聞かせてる😊	絡み方が激しくてごめんね♥ とりあえずやかましくなる（笑） 基本的に泥酔すると書けないことばっかよ（笑）。とりあえず人を帰らさないしやかましくなるみたい！
早川沙世 専属モデル（31歳／東京都）独身・息子1人 ポリシー：仕事でも飲むときはとことん♪ 次の日仕事ー！とか考えてたら楽しくないし楽しめない💧 相手にも悪いし、とことん楽しんだほうが得✧	**シャトー・カロン・セギュール** この赤ワインは重ためで少し渋めだけどクセがないからいい♥ 金額もお手頃だしお母さんとたまに一緒に飲んでるかな😊	**クリュッグ グランドキュベ ブリュット MV** シャンパンは得意な方じゃないけどこれはクセがなくてさっぱりだから好き！パインジュースで割って飲むと美味しいよ😊	**美神** 実はこれプラセンタ入りの焼酎♥ 麦・芋・梅がセットになってて美味しいし美容にもいいからおすすめ✧	**アクアクララ** 脱水してるからとりあえずひたすらアクアクララの水を飲んでる。水は冷たくないとね😊 でもやっぱ本当につらい時は吐いて寝るのが1番（笑）。	**カルビー うすしお ポテトチップス** スナックが好きでとくにカルビーのポテチとかやばい★ 目の前に出されたらずっと食べてしまってる💧	度が過ぎると記憶がない💧 滅多に潰れないけど酔うと激しい💧 乾杯が強くなったり、裸足で走り回ったり、熱く語って自分で泣いたり…とりあえずめんどくさい系（笑）。
加賀美早紀 専属モデル（29歳／東京都）独身・子供なし ポリシー：お酒は毎日欠かさず飲む！ 無類の酒好き！ 家でも外でも1人でも毎日飲酒（笑）。もはや血液はお酒なんじゃないかって思う😊	**ラブレ・ロア シャブリ** 白ワインのシャブリが好き♥ 1日1本のペースで飲んでる（笑）。辛口で重めだけど香りもよくて飲みやすいんだ😊	**ヴーヴ・クリコ イエローラベル** フレンチに行ったとき必ず頼むのがクリスタル✧ ブロックの氷でガンガンに冷やして、少し泡が飛ぶくらいがベスト😊	**霧島** 贈る人が焼酎好きの人だったら迷わず霧島！ 私は全く焼酎飲めないけど、いつも喜んでもらえてるからいつもこれ♥	**パインジュース** 強いお酒飲むときには必ずパイン♥ パインの酵素でアルコールが分解されるから二日酔いにならない😊	**チーズの盛り合わせ** カマンベール、ブルーチーズ、チェダーチーズ、ナチュラルチーズ、この4種がどんなお酒にも合ってる♪	彼氏に対しては姫キャラ炸裂！ 人見知りが崩壊して人に絡み出す（笑） 日頃は人見知りだけど飲むと一気にフランクに！先輩でも肩組んだり、人叩いたり絡みが増える（笑）。
山上紗和さん 飲食店コンサルタント（30歳／東京都）独身・子供なし ポリシー：飲むときは楽しく飲む お酒の場でのネガティブ発言は禁物！ 空気が沈んじゃうから、飲むときは明るく楽しく飲むよ♪	**クリアアサヒ** 家では食事のときに飲んだりしてる♪ これはのどごしがスッキリしてて、苦味が少ないからどんな食事にも合うんだ✧	**十四代** 外で飲むときはだいたいまわりに合わせて飲んでるけど、最近は日本酒が多くて「十四代」っていうやつにハマってる😊	**ベル・エポック／パイパー・エドシック レア ヴィンテージ** 贈り物は見た目にもこだわるよ✧ 右のお酒には花柄、左のお酒には王冠がついてて女子ウケ抜群だよ😊	**オレンジジュース** 寝る前にオレンジジュースをがぶ飲み！ ビタミンが失われた栄養を補ってくれるから復活しやすいよ😊	**ローソンのからあげクン シリーズ** からあげクンはついパクパク食べちゃうくらいクオリティーが高すぎる♥ 国産だし安心なのもいい✧	楽しかったらありでしょ♥ 気づいたら黒人と仲良くなってた（笑） 酔うとずっと愉快で行動力もUP。この前なんて気づいたら知らない黒人とすごく仲良く飲んでた（笑）。
MERIさん 主婦&TOKYO NADESHIKOブロガー（34歳／東京都）既婚・子供なし ポリシー：陰気酒、ダメ絶対！ 飲む時はいつも通り明るく！超アゲアゲで！ でも相手が相談の時は、飲み過ぎず聞き役に徹する✧	**お手製スプリッツァー** 白ワインをペリエで割ったスプリッツァーが定番！ 白ワインのフランジアは冷蔵庫に常備してる✧	**モエ・エ・シャンドン・ブリュット／モンテベッロ スプマンテ ブリュット** とにかく泡系が大好物♥ シャンパンとスプマンテばっかりいつも飲んでるよ😊 高揚感に浸れるのが◎♪	**モエ・エ・シャンドン ロゼ アンペリアル** モエシャンのロゼはボトルもラッピングもかわいいから高級感があって◎！ あと自分が飲みたいから買ってるのもある（笑）。	**ロキソニン** 二日酔いの頭痛にはロキソニンがおすすめ！ 即効性があるし、胃も肝臓も傷めなくて済むから優しいよ★	**ドライフルーツのベリーとナッツ類** 高カロリーなおつまみは避けて肌にいいナッツ類やベリーを食べてる😊 肝臓を守ってくれる効果もあり😊	チューは女の子限定だよ♥ 酔っ払うとキス魔に変身💧 酔っ払うとアゲアゲな気持ちが抑えれなくなって、気づいたら女の子にめっちゃチュー迫ってる（笑）。
水野祐香さん ライター&TOKYO NADESHIKOブロガー（35歳／東京都）既婚・子供なし ポリシー：撮影前日は飲むべからず！ 気持ち悪くなりやすいから合間にお水を挟んで、延長戦できるように調節しながら飲んでるよ😊	**サッポロ ホワイトベルグ** ベルギービールのようなコクのある旨みとハーブのような風味が普通のビールとは違って美味しい！常に冷やしてるよ😊	**ジントニック** 主にジントニックが多いよ★ ライムやハーブ系のさっぱりしたお酒が好き✧ あとは一緒にいる人に合わせて飲んでる♪	**ふんわり鏡月 ゆず／ふんわり鏡月 アセロラ** 急なお誘いのときに飲むお酒としてふんわり鏡月シリーズを買っていくよ♪ 買い求めやすいし、美味しい♥	**OS-1／酒豪伝説** 飲むぞってときはW使い！ 飲む前に酒豪伝説を、飲んだ後にOS-1を飲むだけで二日酔いにならないよ✧	**キムチとチーズと浅漬け** こくうまキムチ、十勝カマンベールチーズ、パルメザンチーズ、浅漬けはパパッと作る♪ 神おつまみ✧	旦那にはいつもにゃんにゃん♥ 旦那以外の男には異常に厳しい💧 かなりオラにゃん！ 旦那と女の子にはにゃんにゃんだけど仲良しの男友達には厳しく挑んでる（笑）。
真優川咲さん ヨガインストラクター（28歳／東京都）独身・子供なし ポリシー：人前では絶対潰れない！ 人に潰れてる姿は絶対見せたくないから飲むときは無理せずに飲むよ♪ とにかく楽しくがモットー♥	**サッシカイア（テヌータ・サン・グイド）／モエ・エ・シャンドン・ロゼ・アンペリアル NV** お家でいろんな種類を飲むけどとくに赤ワインのサッシカイアやスパークリングのモエシャンが多め♪	**ラブレ・ロア シャブリ／シャトー・ペトリュス** 外食はもっぱら白ワイン♪ とくにシャブリ！ 記念日なら生まれ年のペトリュスを飲んだりすることも♥	**ラブレ・ロア シャブリ** やっぱ白ワインのシャブリかな✧ 値段も高すぎず安すぎず、ワイン飲む人なら大半好きだと思うし飲みやすいと思う😊	**柿** 飲んだ日の翌日はフルーツ！ とくに柿が二日酔いに効く、アルコール分解作用があるからおすすめ✧	**野菜スティック** 野菜を中心に♥ 野菜にはアルコールを分解してくれる成分や酵素が含まれているから、翌日もラクだよ♪	思ったことがつい口に出ちゃう💧 自分で引くぐらい理性が飛ぶ（笑） 昔、一目惚れをした相手に「あなたの子供が産める！」って酔っぱらって言ってしまったことがある💧
神子島みかさん レーサー（27歳／東京都）独身・子供なし ポリシー：お酒は飲んでも呑まれるな！ 酔っぱらっても調子に乗らない！ 自分のペースを守りながら飲んでる。理由は長時間飲みたいから（笑）。	**マンズワイン ソラリス 信濃リースリング** 普段家ではめったに飲まないけどイベントのときにママが好きで用意してるフルーティなマンズワインを一緒に飲んでるよ♪	**キリン ハートランドビール** ハートランドは軽いのど越しで渋みが少なくてさっぱりした飲み心地✧ 乾杯は大体ハートランドで始まる😊	**沖縄のハブ酒** いつもは大体お酒よりビール券派なんだけど、つい最近ハブが丸ごと瓶に入った沖縄のハブ酒を親父にプレゼントしたよ（笑）。	**南アルプスの天然水** 基本的に二日酔いがない（笑）。でもむくみ対策として常温の水をお風呂で飲みながら半身浴して、デトックスしてるよ😊	**食べない！** おつまみが太る原因！ お酒と一緒に食べると太りやすいから、お酒を飲む前にきちんとご飯食べてる★ お腹がすかなくてすむよ♪	歌うなら小室ファミリーが鉄板♥ 基本的にあんまり変わらない💧 強いて言うなら、テンションが少し高くなる！あとカラオケがあったら延々歌うぐらい（笑）。

金がなくても男がいなくても、運さえ良ければどうにかなるさ♪

2015年 開運占い!!

Part.3 やっぱり気になる2015年の運勢♥

神社へ行けばおみくじが引きたくなるように、ゆく年くる年気になるのは新年の運勢、というあなたへ「12星座・開運占い」ご用意しました♥　ちなみに2015年、全体運がイケイケなのは蟹座。次いで魚座、獅子座も上々✧

EDIT&TEXT_Midori Sasaki

天秤座 9/23▶10/23
努力した自分へのご褒美から休息へ入る年



美和子 10/17生　かなえ 10/12生

パワースポット：浅草寺、熊野神社
運気UPのカギ：遊びを通して人脈が広がる
幸運のお守り：ヤシの木の絵柄の小物

全体運：前半は楽しみ優先でOK。3月中旬以降は完璧さを求めず、自分にも他人にも大らかな気持ちを持って♥　誤解を招きやすいので分かってもらえると思わず、釈明をしたほうが賢明。

仕事運：スピーチ力が上がっているときなので、思ったことは積極的に発言を！　4月からは方針や意見をコロコロ変えないように注意。一貫性のある行動や言動が信頼を得る条件だよ

恋愛運：「先が見えない」と感じているとき、相談に乗ってくれる男性が現れたら良縁のサイン。彼との今後を前向きに考えてみて。内気で控えめな態度や、相手に頼ることで関係が発展♥

牡羊座 3/21▶4/19
これまでの備えが整い良き兆しが見えてくる



莉菜 4/13生　愛美 4/14生

パワースポット：伊豆山神社、川越愛宕神社
運気UPのカギ：ルームフレグランス
幸運のお守り：馬蹄形のアクセサリー

全体運：準備を進めてきたことが実を結びはじめる年✧　目先の得より全体の幸せを優先して吉♥　優れた実業家のエピソードから大事なことが学べる時期。本田宗一郎の本がオススメ！

仕事運：自分の価値観に捉われず別な視点から物事を見ることで壁を乗り越えられる！　焼肉や鍋を囲む集いで有力な情報が得られるよ✧　メガネのお洒落が交渉事のラッキーアイテム♥

恋愛運：新しい出会いに期待できる運勢。帽子やスカーフ、香りのお洒落で魅力UP。春からは水域にキューピッドが宿るので、お台場やウォーターフロントなど水辺でのデートがハッピー♥

蠍座 10/24▶11/22
自分にとって本当に必要なものがわかる年



祐香 11/19生　奈々 11/17生

パワースポット：北野天満宮
運気UPのカギ：ウィンウィンの精神
幸運のお守り：羽のアクセサリー

全体運：リーダーシップを発揮するより和を大事に。経歴や年齢にとらわれずフラットに付き合える友情を大切に。金運的に貯蓄を始めるのも良いタイミング。保険や年金加入の検討も。

仕事運：上司との関係に気を配る以上に、同僚との協調を心がけることで運気UP。打ち上げなどお互いを労う機会を積極的に作って。4月以降は芸術的なセンスが仕事にも生かされそう✧

恋愛運：女を忘れるほど仕事に夢中になっているあなた、その姿に恋してる人が身近にいそう。小さなキッカケで恋愛に発展する可能性大。春からは温かさと親切さがモテ度を上げるカギ♥

牡牛座 4/20▶5/20
1つの物事が終わることで大きく成長できる



みか 5/17生　佳那恵 4/21生

パワースポット：日枝神社
運気UPのカギ：猫を可愛がって対人運↑
幸運のお守り：蛇形リング

全体運：抱えている問題や関わっている物事に区切りが訪れる運勢。負けを良しとし、自分の非を潔く認めることがかえって良い結果に。人間的に大きく成長できて真の幸せが訪れるよ

仕事運：バツイチ女性や再婚女性が良い流れをもたらしそう。春からは“巻き物”が福を招くので、ロールケーキや巻き寿司、巻き髪など、身の周りに“巻き”を多くすると仕事運がUP！

恋愛運：3月中頃まではセクシーなムードとお酒が幸せな出会いを招くよ♥　3月下旬以降は落ち着いた物腰や思慮深さが異性の心をがっちりキャッチ。大人の女を意識したふるまいを！

射手座 11/23▶12/21
人や物を解き放つことで自分も自由になれる



美咲 12/1生　絵里奈 11/23生

パワースポット：トラピスト修道院
運気UPのカギ：疲れたらひと休み
幸運のお守り：アニマル柄のハンカチ

全体運：無理して突き進むより時々休んで運気復活。春以降は人から不当な誤解を受けがち💧　臆することなく正当性を主張して。ツイていないときは猫の絵や本、映画で邪気払いを

仕事運：仕事的に2015年は成長期。思い切って能力以上の重い役を引き受けてみて。4月以降は女友達が力になってくれそう。カフェでスイーツを楽しみながらの打ち合わせも好調★

恋愛運：好きが丸分かりな惚れっぽさが魅力の年初。逆に3月下旬以降は禁欲的な修道女モードが異性を惹きつけるよ。春になったらトラピスト修道院のクッキーを食べるとラブ運UP！

双子座 5/21▶6/21
仕事面では収穫期。これまでの成果が出る！



まなか 6/9生　沙世 5/23生

パワースポット：ハウステンボス、雷門
運気UPのカギ：仕事仲間とのカラオケ
幸運のお守り：靴がモチーフの小物

全体運：家族や仲間との協力で問題を乗り越えられる運勢。身内を守るためのパワーと決断力をなくさないように。とにかく身内を大切に！　3月下旬以降はカードショッピングは控えめに。

仕事運：男女問わず好きな人との仕事がステップアップのカギ。損得ではなく良心に従った行動が良い結果を招くよ。お客さんのための仕事をすることで、結果的に福がやってくる✧

恋愛運：パーティーや気心の知れた飲み屋が出会いを引き寄せる場に。パートナーと上手くいっていない人、近頃良い出会いがない人は春になったらチューリップ畑へ。ラブ運上がるよ♪

山羊座 12/22▶1/19
育てる気持ちを持って長い目で取り組むと吉



LALA 1/14生　さやか 12/22生

パワースポット：九頭龍神社
運気UPのカギ：エジプト関連のもの
幸運のお守り：プリズム、蝶のアクセ

全体運：知識が得られる習い事や教室で教養を身につけると後々役立つよ。3月中旬以降は、相手を思ってのことでも、過剰な忠告や激しい批判は控えて。鬱憤はゲームやスポーツで発散。

仕事運：順風満帆よりアップダウンする状況が良い結果を生むよ。4月からは砂漠を渡るラクダのような耐久力が必要。前面に立つより影の実力者的ポジションを目指すと成功しやすい♥

恋愛運：「おごる」、「食べさせる」ことで恋が始まる運勢。お昼時にチャンスがあるのでランチをおごる機会をつかめば良いキッカケに。高いプライドを捨てることで魅力が増す傾向♥

蟹座 6/22▶7/22
絶好調！華やかで楽しくまさに春の盛り



恵子 7/10生　和恵 7/14生

パワースポット：出雲大社、姫路城
運気UPのカギ：海外のインテリア
幸運のお守り：ダイヤやジルコンのアクセ

全体運：自信を持ってはっきりと主張することで物事がスムーズに進むよ。嫌なことがあっても冷静に！　敵意をむき出しにする相手にも表向き愛想良く振舞うことで運気が好転✧

仕事運：仕事相手には厳しい面と優しい面の両方を見せることで大きく前進できるよ！　4月からは“門”にこだわると吉。玄関周りは掃除を欠かさずキレイに。花を飾ると金運もUP！

恋愛運：パートナーがいる人は穏やかに愛情が深まっていく運勢。青い空に浮かぶ白い雲を一緒に眺めると吉。フリーの人は展示会など物がたくさん陳列される場所に出会いのチャンスが。

水瓶座 1/20▶2/18
新しいことに着手するには最適な「種まき期」



紗和 2/12生　MERI 2/9生

パワースポット：東京都の天沼弁天池公園
運気UPのカギ：吹奏楽、超古代文明
幸運のお守り：樹氷モチーフの小物

全体運：周囲を先導する頼もしさを持って開運。声も大きく元気良く。3月中旬以降はナスカの地上絵やモアイ像など超古代文明に関心を持つと活力UP。SNSでのうっかり発言に要注意！

仕事運：職場にプラトニックラブの相手がいると運気が上がるので、あえての片想いでモチベーションUPも手。子持ちの人は子供と一緒に過ごす時間を多くとると英気を養えるよ♥

恋愛運：ウインドウショッピングが良縁の運気を引き寄せるので、彼とのお買い物デートも吉。フリーの人はトレンドを意識したファッションで異性運が到来。いずれも春からが効果的♥

獅子座 7/23▶8/22
入れ替わりのとき。新たなことが始まる



Angel 7/29生　きよか 7/26生

パワースポット：池袋水天宮、トレヴィの泉
運気UPのカギ：努力の報酬を求めないこと
幸運のお守り：香水のミニボトル

全体運：前半はやがて大きく動き出す何かを静かに待つ時期。ひとつのことにのめり込まず、周りの意見に耳を傾けて！　憧れのモデルやスターを待ち受け画面にすると理想に近づけるよ✧

仕事運：結果を求めるより地道な努力を続けるとき。資格を取るのも良い時期。力を合わせて築き上げることで伸びる運勢なので、打ち上げなどには積極的に参加を。社内不倫は凶！！

恋愛運：束縛せず相手を自由にさせることでかえって愛情が深まるよ♥　携帯チェックは厳禁！　パートナーがいる人は自己主張は少し控えめに。相手を立てることで良好な関係に★

魚座 2/19▶3/20
言葉より自分の直感を信じてうまくいく1年



けいこ 3/10生　早紀 2/26生

パワースポット：伊勢神宮　東京大神宮
運気UPのカギ：手を広げずできることをする
幸運のお守り：人差し指にはめる金のリング

全体運：勘が冴えているときなのでピンときたときは自分の直感を信じて✧　春以降は限界を知っておくことも必要。できる範囲のことをして気楽に過ごすことも、この時期は大切♥

仕事運：年初は専門知識と説得力がものを言うけど、春以降は偉ぶらず控えめに。淡々と努力することが成功の近道。能力を越えた仕事での無理は控えて、できることをしっかりと✧

恋愛運：好きな人と一緒に自然に触れることで関係が前進！　春以降は相手の見た目より内面に目を向けて。本当の姿を見つめることで幸せが訪れるよ♥　反論より共感が愛を招くカギ♪

乙女座 8/23▶9/22
静かに過ごしてからスタートへと移る年



るり子 9/3生　綾香 8/31生

パワースポット：豊川稲荷
運気UPのカギ：良好な親子関係。人との協力
幸運のお守り：ブドウやワインモチーフの小物

全体運：3月中旬までは充電期。あせらずのんびり過ごして4月から心機一転。様々なアイデアを練ると状況が好転していくよ。また、孤独な人へのさりげない思いやりを忘れないように！

仕事運：4月以降は摩擦や葛藤があってもそれが次のステップへの大きな力に。自分を信じて前進することが福を招くよ✧　仕事仲間と絆を強めるならスペイン料理やカラオケが吉！

恋愛運：相手が誰であってもどんなときでも友好的に接することが後々の婚活につながるよ！　また、ケアハウスなど福祉関係や慈善団体と関わりのある人が縁結び役になってくれそう。

2015年 運気絶好調ランキング！

	美貌運	健康運	仕事運	金運	恋愛運
第1位	牡羊座	水瓶座	蠍座	水瓶座	魚座
第2位	蠍座	乙女座	蟹座	乙女座	水瓶座
第3位	射手座	天秤座	牡羊座	天秤座	天秤座

美貌運：双子座に劣化注意報！　セロリを心掛けてとることで美力を底上げ♥

健康運：不調の気配は牡羊座。無理は禁物。キャベツの常食がオススメ♥

仕事運：ワーストは山羊座💧　両手小指の付け根をさすることで運気改善！

金運：金運低迷は牡羊座。足裏マッサージを続けて金回りのツキが回復✧

恋愛運：イマイチは牡牛座。ヘアアレンジに手を抜かないことで運気上昇！

＼監修して頂いたのは…／

古都里泉美先生
正統西洋占星術＋360シンボルの研究を積み、オリジナルの開運占い法を開発。有名雑誌で10年以上の長期連載多数経験。
http://akaru2.wix.com/kaiun

アラサーの老いるショックはオイルで予防！

老いを食い止める追いオイル★

Part.4 もこみちに続け!!

乾燥しがちなアラサー肌が追い求めるのは油分とツヤ!! 冬の乾燥で奪われ続ける水分を守るため、「これはイイ！」とモデルの口コミで人気の美容オイルをレポートします♪

PHOTO_Yoshinobu Bito HAIR&MAKE_Anri Mitsuishi、Chiharu Koya[ERINA、ANGEL、KANAE、MANAKA、MIWAKO、LALA] EDIT&TEXT_Hironeko-A

Report.1 2014年に流行った&2015年に流行る ニュートレンドオイルはコレ！

2014年のココナッツオイルブームで、オイル美容が一気にメジャー化！ 2015年はドリンクでおなじみの酵素系が増えそうな予感★

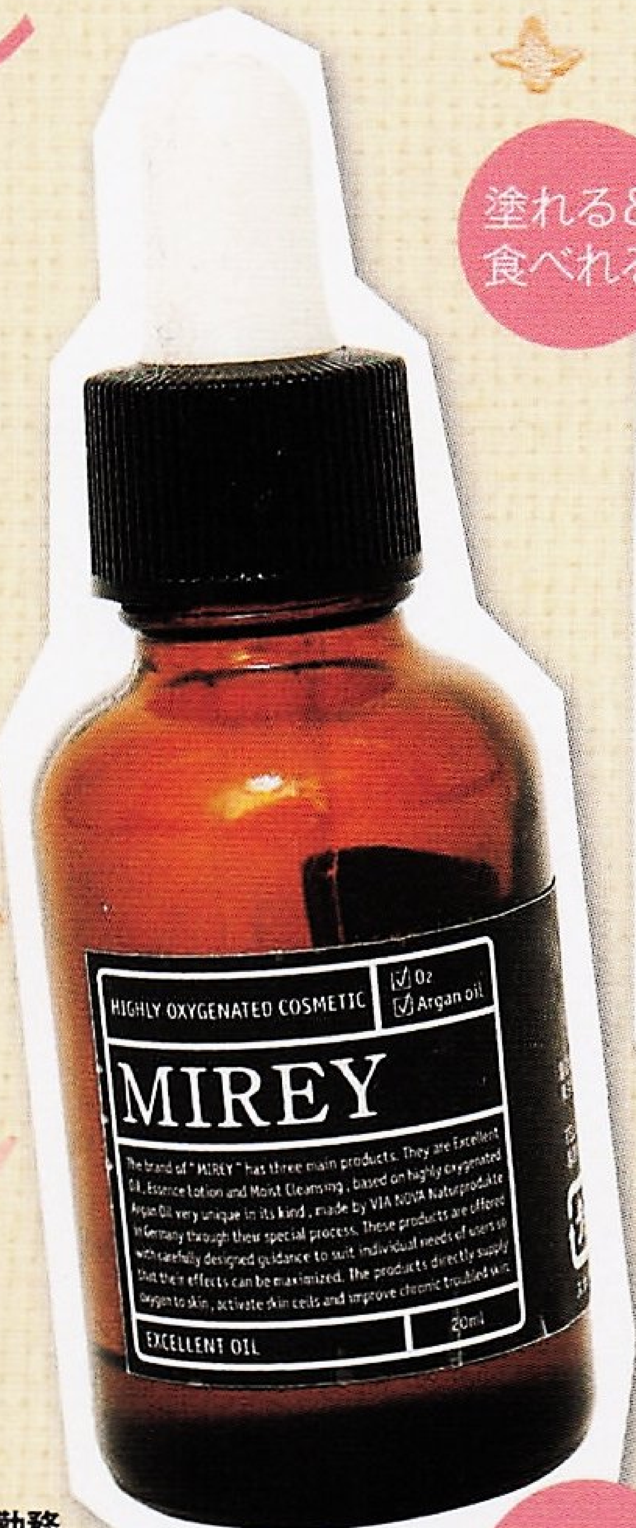
酵素オイル

2015年に流行ると話題！ 私が使ってるのは『MIREY エクセレントオイル』。1～2滴をクリームに混ぜて塗ると、化粧水の浸透や血色が良くなるし、肌の透明感も増すねん★

オイルというより美容液



北新地バニラ勤務&アパレル会社代表（28歳／大阪府）独身・子供なし **まなかさん**



酵素で肌が若返る

塗れる&食べれる



エキストラヴァージン ココナッツオイル

ミランダ・カーが愛用したことで世界的なブームに！ 保湿や日焼け止めのほか、料理にも使えるの。脂肪燃焼効果もあるからダイエットにも良し♥ これはブラウンシュガーファーストってブランドの有機オイル★

赤ちゃんの肌にも使える♥



専属モデル（31歳／東京都）独身・息子1人 **早川沙世**

Report.2 全身用オイルは… 低刺激&オーガニック系が人気★

天然由来のオイルを使用しているものが多い分、美容効果も高め✧ 赤ちゃんに使えるものもあるから肌が弱い人でも試しやすいよ♥

バイオイル



傷跡を消せる★

帝王切開の傷跡に塗ってます。傷への効果はまだわからないけど、乾燥予防や妊娠線対策には良さそう😊（滋賀県・けいこ）



ジョンソンベビー ジョンソン ベビーオイル 無香料

赤ちゃんも使える



お風呂上がりに肌の水気を取ったら、マッサージしながら全身にのばす♪ なめらかな肌に整うで✧（東京都・杉山佳那恵）



DHC オリーブバージンオイル



小ジワ対策に♪

化粧水をパッティングしたあとの濡れた手にのばして顔に塗ると、乳液の浸透や血色が良くなる！（東京都・真優川咲さん）



APSボディオイルw（ホワイトバーチ）

サラッとしてる♥



3滴ほどニベアに混ぜるとのびも保湿力も超良くなる♪ 顔や身体のほか、毛先にも使えて万能😊（東京都・MERIさん）



プラントシステム エクスキーズ オイル



夜用美容オイル★

1～2プッシュを手のひらで温めてから使用♪ 寝る前に塗ると翌朝の肌と髪が超しっとりするよ♥（東京都・加賀美早紀）



ニールズヤード レメディーズ アロマティック マッサージオイル

香りに癒される



スキンケアの最後に重ねてうるおいにフタ★ マッサージにも使えるからむくみの解消にも◎♥（東京都・水野祐香さん）



Report.3 高級クリームから… ワセリンに乗り換える姉が増加中

その正体は石油が原料のミネラルオイル★ 不純物が少ないものなら、スキンケアをお休みする美容法"肌断食"にも使えるほど優秀！

ベビーワセリン

保湿はこれだけ



よくのびるから小指の爪程度の量で十分。使い始めたら化粧水がいらないくらい肌の調子がいいよ★（東京都・荒木さやか）



ワセリン



色素沈着予防にも

顔やカカトの乾燥、首のシワ防止に。デニムをはく日はこすれやすい腰骨にも塗って色素沈着を予防。（東京都・LALAさん）



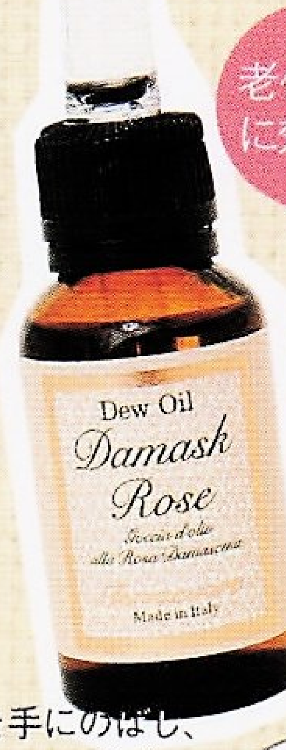
Report.4

顔用に使われているのは…

浸透率を高めるオイル

"うるおいにフタをするだけ"じゃもう足りない！　スキンケアの吸収率を高めれば、小ジワ知らずのツヤ肌に✧

テラクオーレ ダマスクローズ デューオイル



老化予防に効果的

洗顔後に塗ると◎

1滴分を手にのばし、スキンケアの最後に重ねてる★　翌朝の肌の調子と化粧ノリが良くなるよ☺(東京都・奥山絵里奈さん)

クラランス プラント フェイス オイル ドライ エキストラ ドライスキン



洗顔後の顔に塗り、ベタつかなくなるまでマッサージ。その後のスキンケアがめっちゃ浸透するで★(大阪府・まなかさん)

C19オーガニック ホホバオイル



暖房でも乾かない

友達のオーストラリア土産。クリームに1プッシュ混ぜて塗るだけで、肌ツヤも化粧ノリもよくなる☺(東京都・美咲さん)

Report.5

ボディ用は…

お風呂で流すタイプがスタンダード!

肌が乾燥しやすい湯上りケアに重宝★角質オフやリラックス、親子のスキンシップなど目的別に使い分けるのが通☺

ラリン ボディスクラブ チェリーブロッサム



古い角質も取れる

スクラブが超心地いいの✧お風呂でマッサージして流すだけで、クリームいらずのしっとり肌に♥(東京都・Angelさん)

ラリン ベイビー ラリーニ ベビーオイル



親子で使える♥

保湿力もあるし匂いも良いの✧リンパマッサージのほか、息子とのスキンシップにも活用してます♥(東京都・古橋綾香さん)

クラランス ボディ オイル "トニック"



浸透が良くなる

湯上りに体が濡れた状態で塗るで。一度シャワーで流してタオルで拭くといい感じのやわ肌に♥(大阪府・まなかさん)

ポールシェリー リンパハーバルオイル



ハーブのいい香り

お風呂上がりに塗るとボディクリームの浸透が良くなる♥　入浴剤としても使えるトコも便利★(東京都・木村美和子先生)

Report.6

なんだかんだで…

手放せないのはヘア用オイル

ヘアカラーや巻き髪を楽しむ上で欠かせない通称"洗い流さないトリートメント"★　頭皮ケアに使えるものも✧

ケラスターゼ ユイルスブリム ティーインペリアル



パサつき対策に✧

夜のシャンプー後につけて乾かすだけ☺ パサつく髪もしっとりまとまって、なめらかなツヤ髪に✧(東京都・加賀美早紀)

ケラスターゼ RF フルイド クロス リッシュ



カラーの持ちUP

半乾きの髪になじませ傷みを集中補修✧手触りがツルツルになるし、カラーの色持ちも良くなるで♥(東京都・杉山佳那恵)

モロッカンオイル



どんな髪質にも◎

パサつきが目立つと老けて見えるからストレートにするときは絶対使う！　枝毛対策にも◎★(広島県・青木りえさん)

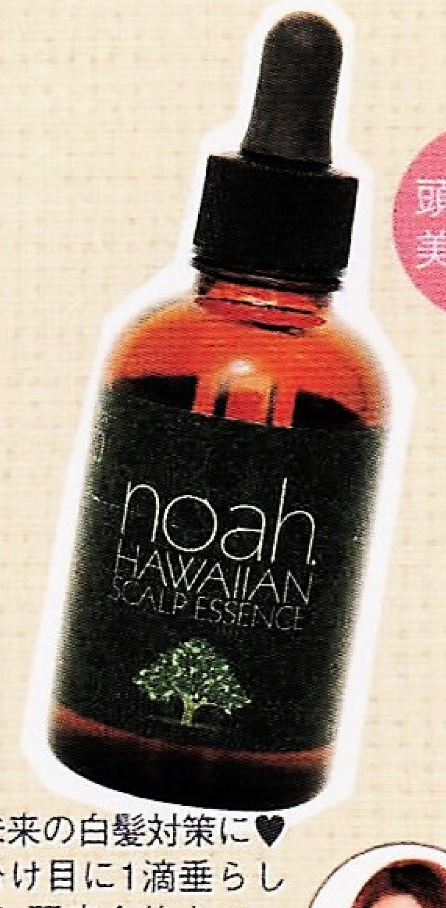
モンシャルーテ アルガニーナ オーガニック ヘアオイル ハニーローズ



女子力高い香り

暖房で髪が乾燥しないように♥　軽めのテクスチャーなのでサラッとした質感にまとまります★(大阪府・青山真由子さん)

ハワイアン スキャルプエッセンス



頭皮用の美容液♥

未来の白髪対策に♥　分け目に1滴垂らして、頭皮全体をマッサージ♪　抜け毛も減った気がする☺(東京都・水野祐香さん)

ラックス スーパーダメージ リペア 濃密補修オイル



安いのに超優秀！

傷んでパサつく毛先に塗るとツヤと質感が再生♥　いろいろ試したけどこれが一番ベタつかない☺(東京都・水野祐香さん)

Report.7

意外と目立つ指先の老化は…

ネイル用のオイルでケア

爪の健康維持だけじゃなく、指先の老化も防げる注目オイル✧　乾燥でささくれができやすい人にもオススメ！

クシオ キューティクル オイル パパイヤ グリーンティー



指先が乾燥してると老けて見えるから意識的にケア✧　ささくれの予防にもなるし、爪も強くなったで★(大阪府・まなかさん)

指先の老化予防

ピーシャイン スクワラン フレーバー キューティクルオイルSQ



爪が丈夫になる♥

水分の蒸発を防いで、傷みにくく折れにくい爪にしてくれます♪　チェリーの香りもお気に入りです♥(大阪府・青山真由子さん)

番外編

香りが長く続く

オイルに香水を足す人が増加

直塗り系の香水とオイルを混ぜれば香りの持久力UP！
香りがケンカしないよう無香料のオイルを選んでね★

アズール バイ マウジー ロールオン パフューム インザスポットライト



さわやかな香り♥

直接塗れるロールオンタイプだから好きなときに塗れて便利。肌の乾燥も防げるような気がしてる★(千葉県・鈴木愛美さん)

マジョリカ マジョルカ マジョロマンティカ



冬になるとつけたくなる甘〜い香り♥　保湿オイルに2滴ほど混ぜて、乾燥が気になる部分につけてるよ★(千葉県・鈴木愛美さん)

甘く濃厚な香り♥

ママの

事前準備がモノを言う!! ママは一家のコンダクター♥

年末年始やることリスト

Part.5
出産後クラブ
番外編

2014年も残すところあとわずか。お歳暮、クリスマス、年越し、お正月など、年末年始のママたちは大忙し💧 あれこれやることに追われてパニックになる前にママの「やるべきこと」をリスト化して忙しい時期も計画的に乗り切ろう😊

EDIT&TEXT_Mikitty

私のやることリスト♥



ショーパブ勤務
(33歳／東京都)独身・息子1人
Angelさん

大掃除は保育園が終わる前までにきちんと済ませておく✧
保育園が1週間くらい休みになるから休みになる前に掃除と買い物は済ませておく★　子供がいると徹底してできないしゆっくり過ごしたいので♥

銀行が閉まる前に、お金は早めに下ろしてタンス預金✧
20日までにクリスマスのプレゼント代、お年玉、生活費など前もって下ろしておけば前日バタバタせずに済むし混まなくていい♪ 無駄遣いも減るよ😊

年末年始の海外旅行は×！行くなら混雑の少ない1月末から😺
息子が生まれてからは人混みが激しい年末年始の海外旅行は避けてる！　行くなら落ち着いた1月末頃からが◎♪旅行代金も安いしいろんな意味でお得♥

私のやることリスト♥



歯科医療事務(30歳／東京都)
既婚・息子1人
古橋綾香さん

福袋やSALE品は買いに行かずにオンラインショップで注文★
バーゲンに行きたいけど子供が小さいのでネットで買う予定♪　あらかじめ好きなブランドをチェックして、セール開始とともに注文するよ✧

旦那の仕事関係やお友達へのお歳暮の準備は早いうちからスタート✧
お世話になってる方に失礼のないように、早いうちから相手との関係や嗜好などはきちんリサーチ！妻として失敗のない商品選びを心がけるよ♪

こんな時期だからこそ旦那と今後の息子の教育について会議♥
年末年始は旦那とゆっくりできる時期でもあるから、こういうときこそ息子の今後の教育方針や教育支出を話し合って決めていく予定だよ★

私のやることリスト♥



ウェブデザイナー(29歳／東京都)バツイチ既婚・息子1人
立石なみさん

義実家に帰省するときは、前もって手土産を購入しておく♥
帰省当日だとバタバタして適当なものになりがちだから義両親が好きな手土産を前もってスタンバイ♥　「お年賀」と記して、挨拶しにいくよ✧

マイエプロン、靴下なども用意して身なりにも注意するよ！
義実家に帰省するとき、合わせてマイエプロンと靴下も持参★　身仕度してお正月準備のお手伝いをするよ♪　清潔感のあるものを持っていくと好印象😊

帰省時、ベビー用品も忘れないようにリストアップ😺
赤ちゃんの荷物は多いから忘れないように事前にまとめるよ！ おむつ、お尻拭き、粉ミルクはもちろん、母子手帳や乳児医療証なども念のために持参します♥

④ 年末のお掃除と整理

1度に全部やるのは大変💧　「する」と決めた場所だけやるのが◎♪　スケジュールや担当を決めて分担すれば効率よくキレイにできるよ😺

[例]

	予定・日時	必要なもの	担当
水まわり	12月2×日	カビキラー・たわし	ママ
物置	12月3○日	軍手・ほうき	パパ
換気扇	↓	↓	↓
お庭			

お掃除グッズの点検も忘れずに!
住宅用洗剤、ゴム手袋、軍手、クリーナー、雑巾など必要なものを事前に準備することで快適にお掃除しよう♪

① 年末年始の休業日チェック

年末は銀行、郵便局、病院などいろんなお店や施設が休業して使えなくなるので、事前に年末年始の休業日や住所録などをチェックしておこう！

[例]

	年末最終日	年始初日	住所・電話番号
銀行	12月2×日	1月×日	東京都△×○区△丁目2-3
郵便局	12月2○日	1月○日	東京都△×○区○丁目5-6
病院	12月3▲日	1月▲日	03-○×△□-○×△□
スーパー	12月3▽日	1月▽日	東京都△×○区○丁目7-8
救急外来	12月3◇日	1月◇日	03-○×△□-○×△□
ゴミ収集	12月2◆日	1月◆日	03-○×△□-○×△□

⑤ 食料品・常備品買い物リスト

年末年始のスーパーは混雑している上に、買い込みする量が多いので、買い忘れのないように食料品や常備品の買うものリストを作成しておこう♪

[チェック項目]

[食料品]
- ☑ おもち
- ☑ みかん
- ☑ 数の子
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐

[常備品]
- ☑ 灯油
- ☑ ホッカイロ
- ☑ ペット用品
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐

② 年賀状・クリスマスカード準備

購入、作成、発送など…手間と工程のかかるクリスマスカードや年賀状の準備は、事前にチェック項目を作っておくと忘れこぼしがないよ♪

[チェック項目]

- ☑ 年賀状用デザイン案　○月×日まで
- ☑ 喪中はがきのチェック　○月△日まで
- ☑ 住所録の確認と更新　○月▲日まで
- ☐
- ☐
- ☐

⑥ 帰省・旅行プラン

帰省や旅行直前になって慌てないためにも家族分の荷物や必要なものをリストアップ！ スケジュールの調整や連絡も早めに行うと、よりスマート😊

[チェック項目]

[やることリスト]
- ☑ チケットの手配
- ☑ ガソリン給油
- ☑ 新聞などのストップ
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐

[持ち物リスト]
- ☑ 旅行用かばん
- ☑ 洗面用品
- ☑ 携帯の充電器
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐

③ 年末年始の贈り物リストアップ

お世話になった方への贈り物も忘れずに😊　お歳暮は12月初めから20日までに、寒中見舞いは1月の3ヶ日を外した立春までに送るのがベスト✧

[例]

	予算	品物名	購入先
上司	¥10,000	お歳暮セット	髙島屋
義母	¥15,000	帰省時のお土産	東急百貨店
息子	¥5,000	クリスマスプレゼント	トイザらス
↓	↓	↓	↓

私のやることリスト♥



専属モデル(31歳／東京都)
独身・息子1人
早川沙世

息子誕生の報告も含め、お世話になった方へ年賀状作り♥
仕事先の人などをメインに100通くらい送る予定♪　年賀状のデザインは息子とスタジオに撮りに行くか息子との写メをコラージュするか検討中♥

早川家のおせち料理は家族と分担して手作りするよ★
おせち料理はママとおばあちゃんと一緒に作るから、年末の買い物はおせち料理用のも含めて買ってる★　さよは数の子、昆布締め、伊達巻卵の担当😊

新年に備えて来年の手帳とカレンダーを購入しておく♥
新年に向けて気持ちを引き締めるためにも、手帳とカレンダーは年内に新調😺日々のスケジュール管理はもちろん目標も書き込んで気合を入れる！

私のやることリスト♥



専属モデル(30歳／滋賀県)
既婚・息子1人・娘2人
けいこ

緊急事態に備えて、子供の薬は多めに処方してもらう😺
年末年始は病院が開いていない可能性があるのでもしものために備えて、病院から子供の風邪薬や喘息薬などいつもより多めにもらっておきます✧

年末年始は物価があがるので日持ちするものは早めに購入♥
長期日持ちが利くものは、安売りの日などを狙って25日までに買うようにするとお得♪　主に乾物やお菓子、飲み物、みかんなどを中心に買っています😊

お買得商品などのSALE開始日はチェックしておく★
子供が3人いるのでできるだけ予算内に抑えるように、クリスマスプレゼントなどのおもちゃは値段を数店舗リサーチしてお買い得なときに買っています♥

私のやることリスト♥



ライフスタイルプロデューサー
(34歳／東京都)既婚・娘2人
宮下美恵さん

着られなくなった子供服はリサイクルショップへ✧
子供が大きくなって着られなくなった服はリサイクルショップへ持って行き、賢く断捨離😊 お家も片付くし、お小遣い稼ぎにもなるから一石二鳥✧

子供の性格に合わせて、分担しながら一緒に大掃除♪
長女はパワフルだから床拭きだとか、妹は細かい作業が得意だから家具拭きだとか、性格に合わせて掃除をお願いすると飽きずに手伝ってくれるよ😊

お年玉の用意は子供の年齢に合わせて金額設定★
新年に集まる親戚を予想しながら子供の年齢に合わせて小さい子は5,000円～大きい子は10,000円で用意。ポチ袋はおみくじ付きで子供心もキャッチ♥

リスト作りが苦手っていう人でも、これさえ見ればもう安心✧

楽しい年末年始を過ごすためのママノート♥

家族が快適で楽しい年末年始を過ごすためには計画性のある事前準備が必須！「やること」を見落とさないためにも上のリストを参考にしてリストアップしよう★

私のやることリスト♥



RUNWAY channel ブロガー
(27歳／千葉県)
バツイチ独身・息子2人
鈴木愛美さん

子供の為にアニメのDVDをたくさんレンタル★
年末年始はあまり遠出もできないから子供たちが退屈しないようにアニメをいっぱい借りて一緒に見る予定♪　今回、妖怪ウォッチはマスト(笑)。

おせち料理は子供用にかわいく仕上げるよ♥
普通のおせち料理だと子供たちが食べにくいから、キャラクターかまぼこや可愛く切った野菜の入った子供用おせち料理を作ってるよ♪

元旦の初詣は人ごみを避けて近所の神社で済ませる♥
子供がまだ小さいから迷子にならないように、元旦の初詣は参拝客の多いお寺や神社は避けて、近所にある神社でお詣りするよ✧

＊効果に関しては高須クリニックのデータになり、個人差があります。価格についても高須クリニックでの目安となります。

Part.6 冬休みでプチ変身♥

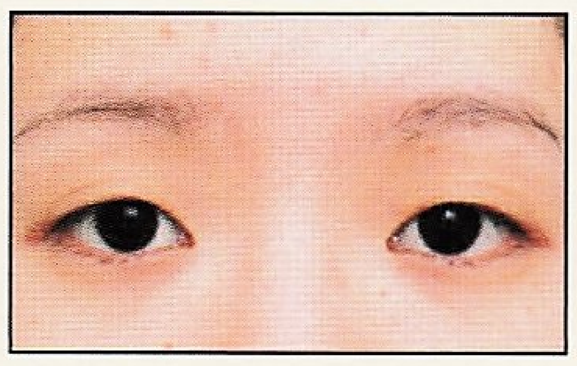
休み明けに「キレイになったね！」と言われたい♥

高須クリニック 高須幹弥先生が詳しく解説!!

ダウンタイム別 冬の人気施術5♥

休みが多い年末年始は、印象を変える絶好のチャンス！　気になるパーツの悩みを解消して、なりたい顔に近づけて、プチ変身しちゃいましょう♥　コンプレックスがなくなれば自信が持てて、メイクやおしゃれが楽しくなります♪

EDIT&TEXT_Shioka Soga

	第5位	第4位	第3位	第2位	第1位
ダウンタイム	約0日 施術後の腫れはほぼないのでお手軽、メイクやシャワーもOK！	ほぼ0日 注入後は一時的に腫れますが、数時間で引いて落ち着きます。	約0.5日 局所麻酔の影響で少しむくみますが、1日でほとんど腫れは引きます。	約3日 腫れや内出血はほぼ３日程度でおさまるので、メイクも可能。	約7日 施術日から抜糸まで約1週間。抜糸後はメイクもOKです！
施術名&価格	ウルセラシステム 顔全体(側頭部〜コメカミ、目尻、目の下、頬)、あごの裏〜首の上部 価格 ￥300,000〜	ヒアルロン酸注入 (鼻・涙袋・ほうれい線・唇など) 価格 ￥50,000〜	イタリアンリフト & イタリアンリフトファイン 価格 ￥300,000〜	二重埋没法 価格 片目…￥50,000 両目…￥90,000	二重切開法 価格 片目…￥125,000 両目…￥250,000
施術ビフォー&アフター	BEFORE  AFTER  目尻や頬のたるみ、顔全体のハリのなさを気にしていた30代女性。腫れると困るとのことでウルセラを推奨。照射直後には小顔に。	BEFORE  AFTER  鼻の根元が低いので目鼻立ちがはっきりしない20代女性。根元にヒアルを1本弱注入、施術一週間後にはヒアルもなじんで鼻筋もくっきり。	BEFORE  AFTER  頬のたるみを気にしていた30代女性。1カ月後は頬が上がったことでほうれい線も目立たなくなり、口角も上がって華やかな印象に。	BEFORE  AFTER  蒙古ヒダがそれほど発達していない20代女性。１カ月後は目を閉じた状態で8㎜の位置で固定し、目を開けると2㎜幅が見える二重に。	BEFORE  AFTER  右が一重で左が奥二重の20代女性。眠そうな印象と顔幅を気にしていたので、ミニ切開とエラボトックスを同時に行い、デカ目効果を狙いました。
施術内容	**直後に結果が出ます！即効性を求める方に** 高密度の超音波で、皮膚の下にある筋肉（表在性筋膜）に直接熱エネルギーを加えて引き上げ、たるみを解消。たるみが目立たない30代のうちに、ボトックスやヒアルロン酸と合わせて施術される方が圧倒的に多いです。	**施術中の確認で理想の形が実現します！** 最初に希望の形や気になる箇所を伝えた後、鼻のつけ根部分から鼻筋・鼻先まで、バランスを見ながら少しずつヒアルを注入。完了までの時間はわずか10分ほど。効果は1年間続き、2〜3年かけて体内に吸収されます。	**半永久的な効果が続く引き上げ施術♪** 顔や首にできたシワの皮膚下に、高須クリニック独自開発のアプトス糸を埋め込んで引き上げます。時間の経過とともに皮膚がひきしまって小顔になるので、自然なリフトアップ効果を定着させたい方に。施術時間は約30分。	**腫れや痛みが少ないので初心者向き♥** 髪の毛より細い特殊な糸を使って、まぶたの裏から二重まぶたのヒダを作りたい線に沿って2ヵ所を留めるだけ。メスを使わないので腫れや内出血も少なく、約10分ほどで終了。最も手軽な二重の施術方法です。	**埋没法で糸が取れてしまう方におすすめ** 埋没法が定着しない、全切開法だと腫れがおさまるまでのダウンタイムが長すぎるという人向き。施術は二重にしたいまぶたのヒダの部を1〜2cm切開し、内部処理の後、縫い合わせる方法で、施術時間は約20分。

教えて！幹弥先生！



古橋綾香さん
歯科医療事務育休中（31歳／東京都）既婚・息子１人

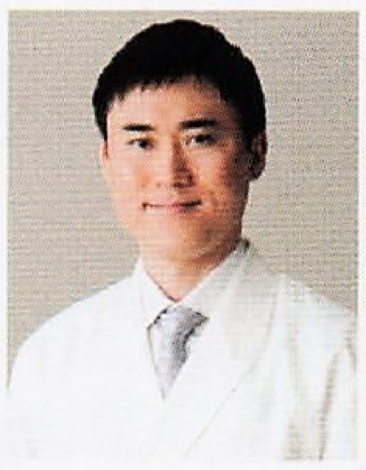
Q 施術に相性ってあるの？ 効果的な組み合わせがあれば知りたい♪

A より長持ちする組み合わせはあります！

イタリアンリフトやウルセラシステムなどの照射系で引き上げた後の顔に、ヒアルロン酸注入で微調整する施術がおすすめです。あと表面を引き上げるウルセラシステムと、真皮層まで届くサーマクールを同時に行うとより長持ちします。

幹弥先生の流行りの美容整形News

シワ防止で知られていますが、目を大きくできるのに腫れないタレ目ボトックスが密かな人気♥　下まぶたの黒目の外側の眼輪筋に注入。ダウンタイムが少ないのも魅力です。



お話を伺ったのは…高須幹弥先生

高須クリニック名古屋院院長。美肌治療、プチ整形、目鼻、若返り、豊胸手術、脂肪吸引、エラ、アゴ、頬骨削りなど、オールマイティに美容外科全般の治療を担当♥

冬のイベントで多発する女の争いを完全攻略！

冬イベ編

女の格付けバトル回避ガイド♥

Part.1 寝るな！ 寝たら 死ぬぞー!!

年末年始のイベントは女の見栄と意地がぶつかる修羅場！　華やかな雰囲気に酔うのはいいけど、油断すると寒さで心がトゲトゲしちゃうので注意!!　ということで、冬のマウンティングバトル＝通称:冬山を生き抜くサバイバル術を伝授★

EDIT&TEXT_Hironeko-A



マウンティングの見極め方!

「あれ？」と思ったら ガツッと目を見つめろ!!

至近距離で見てキョドりだしたらクロ★　やましい思いがなければ焦る必要なんてないハズ。無反応ならただの天然ちゃんってコト♪

マウンティングされやすい人 Best 3

第1位　男にモテる

第2位　美人で目立つ

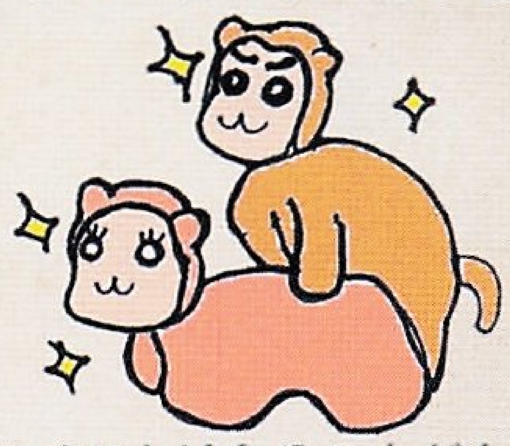
第3位　金回りが良さそう

バトルの原動力となるのはドロドロの嫉妬。人より一歩抜き出た魅力を持つタイプや成功した人、幸せそうな人は注意！

What is the meaning of mounting?

＼おさらい／

マウンティングとは?



「アイツより自分の方が上！」という格付け争いを示す用語

本来は交尾や格闘技などで、相手の尻に馬乗りになる体位を差す言葉♥　2014年に放映された沢尻エリカ主演のドラマ『ファースト・クラス』を機に格付け争いを示す用語としても定着★

冬山の注意点

不意のトラブルが多い！

見知らぬ人同士が集う機会が増える分、衝突が起きる確率もUP！　初対面の相手と話すときは自分の手の内を見せ過ぎない方が無難

Stage 1

過去の因縁が燃え上がる

同窓会

仕事や結婚といった環境の変化が新たな戦いの火種に!!　過去のカーストを塗り替える逆転現象が起きるかも!?

マウンティングキーワード

- ♥まだ結婚しないの？
- ♥都会に行って変わったね
- ♥旦那さん何してる人？

最大の争点は結婚の有無。場所が田舎であるほどその優位性が高まる。外見の向上と劣化も優劣の大きな判断基準に

WARNING!!

落ち武者



過去の中心人物が劣化した姿だが、プライドだけは全盛期と同等。"過去の栄光"という名の折れた刀を武器にセンターへの返り咲きを狙う。

BATTLE.1

努力してヤセたのに 整形疑惑をかけられる

中学時代よりも20kgヤセた私。変わった自分を見せたくて同窓会に参加したら、劣化した当時のアイドルに「どこで整形したの？私にも教えてよ」と大声で叫ばれた(神奈川県・みかこさん)

BATTLE.2

化粧が濃くて何が悪い すっぴんが偉いのか!?

十数年ぶりに帰省し同窓会に参加したときのこと。ノーメイクのCが私の濃い化粧を見て「東京の人は大変ね。肌ボロボロでしょ？」とぶっこみ。しかも初恋の人の前で!!　カーン！(鳥取県・愛さん)

Stage 2

事実も顔もバーチャルな虚飾の世界

SNS

己のリア充ぶりをいかにアピるかが勝負のカギ。「いいね！」のコメントと見せかけ自慢をかぶせてくる強敵も。

マウンティングキーワード

- ♥タグ付けがテッパン
- ♥写真の加工がハンパない
- ♥「私も」で始まるコメント

タグで友達の数を、過剰に加工した自撮りで「かわいい自分」を偽装。「私も」と共感するフリでのっとりを狙う輩も。

BATTLE.1

仮染めの仲良しごっこにイラッ

自撮り好きのNが投稿するのはいつも集合写真。しかも自分だけ盛れてる1枚をがっつり修正したやつ。ウザいので無視してたら「いいね押してよ」って。私の写りは悪いのに！(静岡県・由里子さん)

BATTLE.2

FBでタイムライン 乗っ取り被害!!

ある日焼豚の写メをFacebookに投稿。するとS子が「ここおいしいよね」と謎に焼き肉の写メを投下。共通の友達が食いついて私のタイムラインなのにS子の祭状態に…。他でやれ！(東京都・直美)

Stage 3

合コン&嫁姑風キッチンバトル

ホムパ

男を招いた瞬間"私、家庭的なんです♥"バトルが勃発。本命男が来た場合は、息もできない緊迫した戦いに!!

マウンティングキーワード

- ♥いいから座っててと他の女を遠ざける
- ♥人の料理のやり方にやんわりダメ出し
- ♥途中で程よく男を頼る

気を遣うフリで女を遠ざけ、キッチンを己の独壇場に。仕切りながらも、ちゃっかり男に甘えて本命との接近を狙う。

BATTLE

本命男の前で私をオトす友人にイラッ

男女3対3で鍋パをした日の話。私の気持ちを知ってるくせに、R子は私の本命D男にぐいぐい。さらに私が作った料理の盛りつけを全員の前でダメ出し…。軽く殺意を覚えた。(埼玉県・ねぎさん)

Stage 4

ルールを乱すと出禁になる恐れも!!

ライブ会場

バトルが起きやすいのは某J系やV系。特に仕切りさんを敵に回すと、チケットの売買さえ困難になるので注意。

BATTLE

美人にチケットを買わせたらクソ番だった

某Jのライブに超美人な友達と参戦。仕切りさんからチケットを買ったら、振られたのは後列の一番端　後から来た友達は普通に2列目だったのに。美人って大変だな～と思った(千葉県・麗さん)

WARNING!!

仕切り屋



大量買いしたチケットを自ら販売し会場の並びを操作。長年の追っかけのためメンバーからの信頼は厚い。美人に嫉妬する傾向アリ。

Stage 5

友情の終了まであと数秒!

カウントダウンパーティー

不特定多数の男女が集まる年末年始最大のバトルステージ。友人・知人・見知らぬ他人、全方位に注意せよ！

マウンティングキーワード

♥この店にはよく来るの？
♥その服どこで買ったの？
♥私○○の知り合いなんだ

一見、好意的に思える言葉だけど裏には相手を値踏みしようとする思惑が潜みがち。好意か否かは目を見て判断して。

WARNING!!

飲ませ屋



標的に飲ませて潰し、戦線から離脱するのを虎視眈々と狙う。「飲めない」という主張は無視。オラオラなノリと勢いでグラスを押しつける。

BATTLE.1

ハデで悪いか！ 地味女に会心の一撃

自分の好きなハデ服で出かけたら「超〜気合い入ってるね」とT美がイヤミ。軽くムカついたから「あんたこそそれどこの服？　地味すぎると老けて見えるよ！」と反撃！（神奈川県・美穂さん）

BATTLE.2

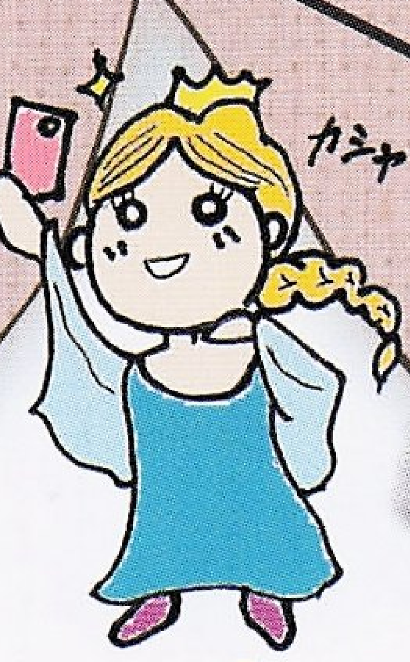
持ち物の値段で優劣をつけられムカーッ！

「そのピアスどこの？」って聞かれたのでプチプラだよと答えたら、「意外、そんな安物使うんだ」と鼻で笑われた。さらに「私は今日プラダだから微妙なの〜」って謎の自慢!!（愛知県・麻央さん）

冬のカースト山に出現するモンスター

カースト・クラスNo.1

雪の女王



自分が良ければそれで良し★な天然製氷機

人に嫌われることなんかどーでもよし。ありのままの本音をぶち込み、笑いながら場を凍りつかせるマウンティングの猛者。



カースト・クラスNo.2

ひっつき雪だるま



雪だるま式の虚勢で身も心も大きく武装

ステータスの高い知人の活躍を我が物顔で語り、己の存在や実力を大きく偽装。身にまとうウソは分厚いが、中身は小心者。

カースト・クラスNo.3

はらぺこ女ギツネ



他人の皮をかぶって戦略を巡らす策士

表向きはニコニコしているが相当な腹黒。自分が表立って行動するのではなく、他人を賢く利用。八方美人でウソもうまい。



うちらは安全圏♥



狭い仲間内でほっこり♥

本当に信頼できる仲間としか集まらんから、モヤッともイラッともしない♪　平和が一番♥（東京都・桜井莉菜）

お家で家族とまったり♥

家族や両家の両親など親族と過ごすので、争い事とは無縁♥　心穏やかに新年を迎えます♪（滋賀県・けいこ）

安全圏を修羅場に変える呼んじゃいけない危険生物 Best 3

第1位　中途半端な男友達

第2位　面識のない女連れの男友達

第3位　ぐいぐい来る女

信頼できる人じゃない限り男はダメ！　友達に手を出したり、無関係の彼女連れてきたりで場を乱す可能性大だし。ぐいぐいくる女もいつもの空気を壊しそうだからパス！



＼ 巻きこまれたらどーする!? ／

心の凍死を回避する冬山バトル攻略法!!

好戦的な相手が多い場所では敵をあしらう技術も必要！　コツは本音をうまく隠すこと★

不毛な自慢話を振られたら

マジカルバナナ



相手の話のテーマに関連のある物事を瞬時に連想♪　「○と言えば★だよね」を繰り返し、話題をすり替えてく😊（東京都・MERIさん）

ムリに飲まされそうなら

モンキーダンス



飲みたくないのにグラスを渡されたら乾杯後、モンキーダンス風に腕を振って酒を捨てる！（東京都・Angelさん）

ブサ写メを撮られそうなら

一歩前へ♥



思いっきり前に出て、大げさに遠近をつけたり、変顔しちゃえばすべてがギャグになる♪　相手の目論みも潰せる♥（東京都・LALAさん）

常識を偉そうに語られたら

北風と太陽



みんな知ってるよ、と思っても「へー♥」って普通に聞く。恥かくのは本人だし偉そうな人は面倒だからツッ込まない★（東京都・Angel）

明確にケンカを売られたら

笑ってぶっこみ♪



イラついたら相手の思うツボ。あくまで冗談と捕え「冗談キツ〜い！普通言わないよね♥」と笑顔で釘を差す。（東京都・MERIさん）

テーブルの空気が微妙なら

スマホを活用



アラームやアプリで着信音が鳴るようにセット。時が来たら旦那さんからの電話を装いスマートに席を立つ。（東京都・水野祐香さん）

マウンティングの女王Xが教える

ナメられない戦い方♥

まずは軽〜く舌打ちで相手を威嚇♥　それでも調子に乗ってたら個室やトイレに連行♪「お前は何がしたいわけ!?　あ？」と相手がヘタるまで問いつめる😊（住所不定・mt.X）

その1　舌打ち

その2　呼び出し

その3　徹底的にツメる

Extra

下へ下へと引きずり落とす負のアリ地獄

不幸争い

人の下にいる方が安心という人同士の争い。傷のえぐり合いになることもあるので、余力がないときは避けよう。

マウンティングキーワード

♥私って本当にダメな人なの
♥あなたはまだいいよ私はもっとひどいよ
♥私なんかほめなくていいから

一見、自虐的だが6割はボヤきたい・心配してもらいたいだけ。「相手の方が自分より不幸じゃん」と満足する人も。

BATTLE

相手に合わせて自分を卑下してたら病んだ💧「自分なんてダメだ」っていう友達を励ますため、自分のダメな部分を延々と話していたら、軽く病んだ…。当の本人は何も気にしてないし、自分を卑下して損した💧（東京都・彩乃さん）





各1名様

No.02 レイコップ・ジャパン レイコップLITE

毎日使う布団だからこそ、お掃除は簡単に♪

お布団から効果的にハウスダストを取り除くために開発されたレイコップ✧ 布団に吸い付かずスムーズに動かすことができるから楽チン★ 振動パットが布団に振動を与えてハウスダストを叩き出ししっかり除去できるよ♡ 2種類のフィルターを使用し、排気が空気清浄機並にキレイなのも嬉しい♥ 好きな色を選んで応募してね♪

㈲レイコップ・ジャパン株式会社 ☎03-3560-5373 http://www.raycop.jp/

1名様



No.01 ジェイ・ビー・マシナリー ドクター・キャビエット ゴースト

プロ仕様の家庭用痩身マシンでSランクボディ✧

特殊な超音波で脂肪細胞を溶解・減少させることが可能★ 美容成分を導入しつつ筋肉を刺激する「MFIP」、皮下深部を温めてリンパの流れを促し脂肪燃焼が期待できる「DHS」、肌細胞を活性化させてコラーゲンを生成する「RED-LED」を搭載♥ 導入、分解、溶解、燃焼、活性がすべてできるから、スリムになるだけなく美肌にも♪

㈲ジェイ・ビー・マシナリー ☎076-248-2700 http://www.jb-m.jp/

締め切りは
2015年2月6日(金)

Present

31 winners selected in a drawing from readers will receive a gift♥

飲み会、大掃除、帰省と何かとバタバタする年末年始。1年頑張ったご褒美や新年の景気づけに欲しくなる、ちょっと豪華なプレゼントを用意したよ♥ 巻末のハガキに希望の商品番号やアイテム名を書いて応募してね♪

《個人情報の取り扱いについて》プレゼント応募でご記入いただいた個人情報(住所や氏名など)は、当選者へのプレゼント賞品の送付、今後の企画の参考、アンケート依頼の目的のみ使用させていただきます。

PHOTO_Nobuyuki Sasaki [No.01]、Mamoru Morikawa [No.04]、Junji Moroi (ROOSTER) [No.05]、Shinji Fujiwara [No.06, No.08]、Youki Oneyama (JOPS) [No.07, No.09, No.13]

1名様



No.04 Delyle NOIR スカート

深みのある色合いがオトナっぽい♥

誌面で莉菜が着てるスカートをプレゼント♪ 落ち着いた色合いの大きなお花が、オトナっぽく見せてくれる✧ タイトミニなシルエットで、女性らしいヒップラインの曲線が強調されスタイル美人に★ シャツやブラウスでキレイにまとめても、ざっくりした大きめのニットと合わせても可愛いからコーデの幅も広がるね♥

㈲Delyle NOIR ☎03-3477-5053 http://delyle.jp/

1名様



No.05 DaTuRa ニット

ビジューが輝くキラキラニット✧

ニットのゆったりしたBIGシルエットが女の子らしい華奢さを倍増させ、程よい肌見せで色っぽく♥ 柔らかいニット素材で着心地もよく、クリアのビジューがたくさんついていてキラキラしてる✧ 袖がワイドリブになってるから、ゆるいだけじゃなくてメリハリがつくよ♪ タイトなミニスカートやショーパンと相性バツグン★

㈲DaTuRa ☎03-3477-5059 http://ameblo.jp/datura-reina/

1名様



No.03 M・A・C アイシャドウ

自然な奥行きを作る神色シャドー✧

ミネラライズ アイシャドウ ブロンズ アセッツは、日本人の肌や瞳になじむ4色のアイシャドウ♥ ブロンズ・ブラウン系の使いやすい色ばかりだから、グラデーションはもちろん、色の組み合わせ次第で全く違うメイクが楽しめるよ♪ しっかり釜で焼かれた細かいパウダーが目元に輝きを与えてくれて、つけ心地もとっても軽い✧

㈲M・A・C(メイクアップ アート コスメティックス) ☎03-5251-3541 http://www.maccosmetics.jp/



No.06 DURAS ワンピース

デコルテに黒の透けを足してセクシーに♥

シンプルな白のワンピースも、デコルテに黒いオーガンジーで透けをプラスするだけでグンとオトナっぽくなるよ✧ 高い位置からAラインに広がっていて、くびれ・脚長効果も期待できる♪ 白と黒のバイカラーでスタンダードな配色だから、ジャケットや小物も合わせやすい★ いろんなアイテムとコーデを組んで自分だけの着こなしを楽しもう♪

㊐DURAS ☎03-5772-6316 http://www.duras.jp/



No.08 アメイジングサーカス バッグ&財布

持ってるだけで気分が上がるハイブランド★

鮮やかなブルーがキレイなCELINEのショルダーは、ポーチサイズのバッグ3つがスナップボタンで繋がってる✧ ビビッドな赤が特徴的なmiumiuの長財布は、高級感のあるクロコ型押しレザー★ シックなブラウンにゴールドのロゴが輝くサンローランの長財布は、シンプルで使いやすい♥ どれも各ハイブランドの新作モデルだよ♪

㊐アメイジングサーカス ☎03-6805-1903
http://www.amazingcircus.jp/



No.07 和興テクノ株式会社 抗菌スプレー

ニオイの原因菌から足をしっかりガード☺

足が臭うのは菌が原因💧 抗菌スプレーFootMateは100%天然成分で無香料・無着色、薬品や金属も使用していないから肌に優しいよ♪ ブーツや靴を履く前に、靴下の上から足裏やつま先に3~5回吹き付けるだけ★ 帰ってきたら、今度は靴の内側が湿るくらいスプレーしてよく乾かせば、靴にニオイが残ることもない✧

㊐和興テクノ株式会社 ☎03-6265-3920
http://www.wakotechno.jp/



No.11 エンジェル ハート 香水

カシミアベリーの恋心くすぐる香り♥

エンジェル ハート ウィズラブ オード トワレは、トップでブルーベリーとブラックベリーが香る、初恋のような甘酸っぱいフレグランスだよ♥ ラストはサンダルウッドやカシミアウッドで上品に✧ エンジェル ハートを象徴するハートボトルの中で、小さなハートが揺れていてハケ買いしたくなるくらいキュート☺ ¥5,940（税込）

㊐エンジェル ハート ☎0120-07-2160
http://angelheart-perfume.co.jp/





No.09 Jluxe タッチペンブレスレット

ブレスレット型のスマホ用タッチペン♥

寒くて手袋をしていたり、ネイルが長かったりするとスマホが操作しづらい💧 でも、オシャレは諦めたくない!! そんなときは、Jluxeのタッチペンを使えばオシャレもスマホ操作も両立可能★ くるっと丸めればブレスレットになるから、普段はアクセサリーとして身につけて、スマホを使うときには伸ばしてタッチペンとして大活躍☺

㊐Jluxe ☎050-5879-2480 http://jluxe-jp.com/

No.10 THE KISS ジュエリー

胸元にきらりとピンクのハートが輝く✧

柔らかな曲線でできた動きのあるオープンハートのサイドには、ピンクのスワロフスキージルコニアとキラキラのダイヤがグラデーションにセットされてる♪ みんな大好きなハート×ピンクという王道の組み合わせがとてもラブリー♥ トップが存在感はあるけど大きすぎないから、胸元でスワロとダイヤが上品に輝くよ✧ ¥12,960（税込）

㊐THE KISS ☎0120-58-3333 http://www.thekiss.co.jp/



No.13 株式会社アンプリー ブランピュール100

たった100秒のパックで美肌になれる♪

ブランピュール100は洗顔後の肌になじませながら全体に伸ばし、100秒たったら洗い流すだけの簡単パック★ 短い時間で済むから、時間のない朝のスキンケアにオススメ♥ たまっている汚れや皮脂を落としてしっかり保湿もしてくれるよ♪ 肌色がワントーンアップした自分に出会えちゃう♥ 8種類の天然成分配合でお肌に優しい♪

㊐株式会社アンプリー ☎03-3567-8666



No.12 ドクターセレクト CO_2ジェルパック

新感覚!! 剥がせる炭酸ジェルパック★

ドクターセレクトの炭酸ジェルパックは、洗い流し不要の剥がせるパックだよ♪ プロ仕様のパックを自宅で手軽に体感することが可能☺ 美容成分・プラセンタエキス・ヒアルロン酸・コラーゲンをぜいたくに配合✧ 美白成分であるエバーセルホワイトが肌を引き締めてトラブルを改善してくれるから、透明感のあるクリアな肌へと近づくよ♥

㊐株式会社ドクターセレクト ☎0120-56-3702 http://www.drsele.co.jp/

How to enter

応募方法♥

パソコンからの応募は、右記QRコードor下記アドレスからアクセスしてください♪
巻末ハガキでのご応募を希望プレゼント賞品の番号を書いておくって下さい。

http://mediasjp.com/aneageha/oubo.cgi

姉ageha 1月号

PUBLISHER
谷 光正

ADVERTISING MANAGERS
阿久津好治、小山田憲生、長田幸恵、今井健太

CHIEF EDITOR
後藤文江

SECRETARY
北村幸子

EDITOR
栗山アンナ

DESIGNERS
澤田むつみ、近藤彩子、slash、高橋奈々絵(meets)、midoriya、市原茂幸、Ark design、神田秀樹、fish、八幡晶子、鈴木麻衣子、竹内良太、片桐萌、橋場友美

［お問い合わせ］
広告／03-6265-8581　編集／03-6265-8583　info@mediasjp.com

発行／medias株式会社
〒156-0042　東京都世田谷区羽根木1-21-1

発売／株式会社主婦の友社
〒101-8911　東京都千代田区神田駿河台2-9

発売日／2014年12月6日

2015年も よろしくね♥

買っていただきまして ありがとう ございました♥

次号は2015年 2/6（金） 発売です♥

♥撮影協力店リスト♥

あ

R&E
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-B1F
03-3477-5016

アクアノア
0120-332-114

アストニッシュ コーポレーション
03-6447-4068
http://regalect.stores.jp/

アメイジングサーカス
03-6805-1903
http://www.rakuten.co.jp/onesanagehabm/

アルビオン
0120-114-225

イヴ・サンローラン・ボーテ
03-6911-8563

伊勢半
03-3262-3123

井田ラボラトリーズ
0120-44-1184

INGNI
兵庫県神戸市中央区港島南町4-6-2
078-306-1100

WEGO
東京都渋谷区恵比寿南1-16-3
03-5784-5505

エオストレ
0120-830-124
http://ququronmall.jp/brand/eastre/

ECURY/fifth【CODE SHARE】
03-6427-9997
http://5-fifth.com/

EGOIST ルミネエスト新宿店
東京都新宿区新宿3-38-1 ルミネエスト新宿B1F
03-3358-3570

ESPERANZA ルミネエスト新宿店
東京都新宿区新宿3-38-1 ルミネエスト新宿4F
03-3341-6150

EmiriaWiz
03-5312-6595
http://emiriawiz.com/

MTG
愛知県名古屋市中村区本陣通4-13 MTG第2HIKARIビル
0120-467-222

お世話や
03-5358-1448
http://osewaya.co.jp/

か

カールドナヒュー【ティアラ ドゥ コフレ】
東京都港区南麻布5-16-8 エルスール広尾B1F
03-5448-1189

花王（ヘアケア・スキンケア）
0120-165-692

花王ソフィーナ
0120-165-691

カバーマーク カスタマーセンター
0120-117133

株式会社エリザベス
03-3262-4061

株式会社コージー本舗
03-3842-0226

株式会社サンスマイル
03-3505-4430

株式会社ディー・アップ
03-3479-8052

株式会社デイコレクション
042-788-2882

株式会社ユーグレナ
0120-82-4907

GALSTAR
大阪府大阪市中央区西心斎橋2-1-25 心斎橋W-Place 5F
06-6214-3503

CandyDoll【T-Garden】
0120-020-216

牛乳石鹸共進社株式会社 お客様相談室
06-6939-2080

クオレ株式会社
0120-769-009

靴下屋【タビオ】
東京都渋谷区渋谷2-15-1 渋谷クロスタワー31F
03-6419-7676

グライド・エンタープライズ
0120-200-390

クラシエホームプロダクツ お客様センター
03-5446-3210

Grandedge 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-1F
03-3477-5081

GRL
06-6532-2211
http://www.grail.bz/

ケラスターゼ
03-6911-8333

GHOST OF HARLEM 渋谷店
東京都渋谷区宇田川町12-17 プロトビル1F
03-5728-0805

コーセー
0120-526-311

コスメデコルテ
0120-763-325

コンプレックス コントロール
072-702-5518
http://www.complexcontrol.jp/

さ

SABON Japan
0120-380-688

サルーテ ボーテ ラボラトリーズ
0120-477-764

サンスター お客様相談室
0120-008241

Chedel
http://runway-webstore.com/chedel/

資生堂 お問い合せ先
0120-30-4710

JEWELS PROM
080-7853-9860
http://www.jewels-prom.net/

sugar
新潟県新潟市中央区下大川前通り2-2230-33 万代橋ビルディング5F
025-228-4747

SHO-BI株式会社
03-3472-7896

ジョワナリエ ルミネエスト新宿店
東京都新宿区新宿3-38-1 ルミネエスト新宿4F
03-3351-8020

スカイ・ラボラトリーズ
0120-131-370

SPIRALGIRL
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-B2F
03-5489-0407

スピンズ
東京都渋谷区神宮前3-22-10 斎藤ビル新館3F
0120-011-984

SLY (The SHEL'TTER TOKYO)
東京都渋谷区神宮前4-30-3 東急プラザ表参道原宿1F・2F・B1F
03-6730-9191

セシルマクビー ルミネエスト新宿店
東京都新宿区新宿3-38-1 ルミネエスト新宿B1F
03-3352-3661

た

TIMELESS TOKYO
東京都渋谷区渋谷1-23-16 cocoti2F
03-6427-2090

TAKARAYA 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-B1F
03-3477-5017

DaTuRa 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-2F
03-3477-5059

Tabio【タビオ】
東京都渋谷区渋谷2-15-1 渋谷クロスタワー31F
03-6419-7676

チュチュアンナ
東京都渋谷区神宮前6-17-11 JPR原宿ビル8F
0120-576-755

TSURU【ティアラ ドゥ コフレ】
東京都港区南麻布5-16-8 エルスール広尾B1F
03-5448-1189

Dazzy
03-3456-3737
http://dazzystore.com/

Delyle NOIR 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-4F
03-3477-5053

DURAS
東京都渋谷区千駄ヶ谷4-12-9 ブルースカイ千駄ヶ谷1F
03-5772-6316

常盤薬品工業 サナお客さま相談室
0120-081-937

TORTE
東京都渋谷区千駄ヶ谷3-51-2
03-3408-2233

な

24h cosme【ナチュラピュリファイ研究所】
0120-24-5524

ニベア花王 花王消費者相談室
0120-165-699

は

Puzzle
03-5770-8331
http://www.rakuten.ne.jp/gold/pinkish-pine/

BCL お客様相談室
0120-303-820

FIG&VIPER
東京都渋谷区千駄ヶ谷3-20-1 六美ビルB1F
03-5772-5310

フランティカ【福助株式会社】
072-223-2275

プラントシステム
0800-222-3218

FLAG-J 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-2F
03-3477-5052

vonBraun
http://www.rakuten.ne.jp/gold/vonbraun/

ま

M・A・C（メイクアップ アート コスメティックス）
03-5251-3541

マックス ファクター
0120-021325

マンダムお客さま相談室
0120-37-3337

MIIA
東京都渋谷区道玄坂1-16-5 大下ビル2F
03-6826-8651

無印良品 池袋西武
03-3989-1171

明色化粧品
0120-124680

メイベリン ニューヨーク お客様相談室
03-6911-8585

や

ユニリーバ
0120-500-513

ユニリーバ・ジャパン お客様相談室
0120-110-747

ら

RASVOA 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-4F
03-3477-5038

ラチュール【株式会社リトルホープ】
0120-320-026

ラッシュジャパン
0120-125204

rienda【バロックジャパンリミテッド】
東京都目黒区青葉台4-7-7 青葉台ヒルズ2F
03-6730-9191

rienda suelta【バロックジャパンリミテッド】
東京都目黒区青葉台4-7-7 青葉台ヒルズ2F
03-6730-9191

リズム株式会社
0120-364-367

RESEXXY 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-7F
03-3477-5098

REZOY
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-B1F
03-3477-5055

Luxe Rose
東京都渋谷区千駄ヶ谷3-53-3
03-5474-1211

リンメル
0120-878-653

LADYMADE
東京都渋谷区神宮前2-27-14 KHK神宮前ビル
03-6804-3410

レブロン株式会社
0120-803-117

ROYAL PARTY
東京都渋谷区道玄坂1-16-5 大下ビル2F
03-6825-9595

ロート製薬 お客さま安心サポートデスク
06-6758-1272

RODEO CROWNS (The SHEL'TTER TOKYO)
東京都渋谷区神宮前4-30-3 東急プラザ表参道原宿1F・2F・B1F
03-6730-9191

わ

和花ドットコム by Arata
http://wa-hana.com/

ワタベウェディング
0120-41-2141
http://www.watabe-wedding.co.jp/

one way
東京都渋谷区千駄ヶ谷3-53-3
03-5474-1211

one way glamorous
東京都渋谷区千駄ヶ谷3-53-3
03-5474-1211

one spo
東京都渋谷区千駄ヶ谷3-51-2
03-3408-2771



洗い流して、明日の私へ

ラチュール　クレンジングジェル
150mL ／ 1,800円+税

メークだけでなく、眠っている間に分泌される皮脂や汚れを朝クレンジングでスッキリオフ。水すすぎでスルンと簡単！まつげエクステもＯＫ！



全てを欲しがる、わがままな唇に

ラチュール　オールインワンリップ
全５色 ／ 1,800円+税

リップバーム、リップクリーム、グロス、リップライナー、口紅、１本ですべてを兼ねそなえた美容液ルージュ。潤い続くぷるツヤ唇に。

あなたを想うコスメ

RATURE
Wishing you a radiant future.

ラチュール



愛し愛される大人の素肌へ

ラチュール　ボディミルク
300mL ／ 2,800円+税

ベタつかず肌なじみの良い、するりとのびるなめらかミルク。潤いヴェールでカサつく肌をやさしく保護して、しっとりやわ肌へ。



輝く、潤い

ラチュール　エッセンスローション
150mL ／ 2,300円+税

洗顔後の肌に、アルプスの恵みと天然植物の生命力を。角質層までスーッと浸透し、長時間保湿。輝くほど潤った肌へ。

満ちる、素肌

ラチュール　ジェルクリーム
50mL ／ 2,500円+税

水分をギュッと抱え込み、潤い逃がさない。しっとり潤い肌を保つために、たっぷりの美容成分配合ジェルクリームで、スペシャルケアを。

ビナショップ　検索　http://www.vina-shop.jp

【お問い合わせ】株式会社リトルホープ　0120-320-026（10：00～18：00／土日祝除く）　PR

お姉さんアゲハ

1月号

もう若くないと悩んでいる人に読んでほしい!!
アラサーのためのビューティ雑誌です❤

エスカワイイ! 1月号臨時増刊 2014年12月6日発売 第16巻第2号通巻175号
発行人●谷 光正
編集人●後藤文江
発行/medias㈱ 〒156-0042 東京都世田谷区羽根木1-21-1
☎03-6265-8583(編集) ☎03-6265-8581(広告)
発売/㈱主婦の友社 〒101-8911 東京都千代田区神田駿河台2-9
☎03-5280-7551(販売)



定価650円 本体602円
雑誌 01904-01
Ⓛ-2015/3/5
★次号発売は 2015年2月6日です。
印刷/共同印刷株式会社
4910019040156
00602

POST CARD

52円切手を
貼ってください

156-0042

東京都世田谷区羽根木1-21-1 亀甲新は66
メディアス株式会社

お姉さんアゲハ 2015年1月号 行き

希望プレゼント番号１（　　　）
希望プレゼント番号２（　　　）
希望プレゼント番号３（　　　）

フリガナ

お名前

ご住所　〒

TEL

電話取材　OK　NG

MAIL

姉agehaからメルマガを配信しても　OK　NG

年齢

歳

未婚　既婚

ご職業（業種を詳しく教えてください）

あなたの家族構成は？

1. 親と同居　2. 一人暮らし　3. 夫と同居　4. 夫・子供と同居　5. 彼氏と同居　6. その他（　　　）

表紙で気になった企画とその理由を教えて下さい。（複数回答可）

今回、この雑誌を購入いただいた理由を教えてください。
（例:表紙のモデルがかわいかったから／昔好きだったモデルが出ているから／○○の企画が気になったなど）

ご記入いただいた個人情報は外部に提供することはございません。

Q1 本号で良かった企画とその理由を3つ教えてください

企画名	企画名	企画名
理由	理由	理由

Q2 本号に出ているモデルであなたが好きな人を3人あげてください

さん	さん	さん
理由	理由	理由

Q3 本号で好きな写真とその理由を教えてください

P.

Q4 本号で好きなコーデとその理由を教えてください

P.

Q5 好きな雑誌、よく読む雑誌をすべて教えてください

Q6 好きな有名人（タレント・モデル・ブロガーetc）を教えてください（何人でも可）

Q7 あなたが1カ月で自分の好きなことに自由に使えるお金（洋服代、コスメ代、エステ代などすべて合わせて）はいくらまでですか？（　　　　　　　　）円

Q8 最近買って、「買ってよかった!」と思った物はなんですか？（洋服、コスメ、電化製品、車など何でも）

Q9 アンチエイジング対策として普段使用しているあなたのお気に入りアイテム（器具・コスメ etc）を教えてください。（複数回答可）

Q10 好きなファッションブランドは何ですか？（複数回答可）

Q11 クリニック施術で受けたことがあるものは？ また興味があるものは？

最後に、ご意見、ご要望、ご感想などをお聞かせください。
悩みがある方は、悩みも思う存分書いてみてください❤

この度は、この雑誌をご購入いただきまして本当にありがとうございました❤